" البنية العاملية والتحليل التمييزي للهزيمة النفسية في ضوء بعض المتغيرات النفسية لدى طلاب الجامعة (نموذج مقترح) "

د/ محمد السعيد أبو حلاوة   *د/ راشد مرزوق راشد رزق*

- **مستخلص الدراسة** :

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن طبيعة البنية العاملية للهزيمة النفسية ، والتعرف على الكفاءة التمييزية لمقياس الهزيمة النفسية في ضوء بعض المتغيرات المعرفية (الذكاء الوجداني وأسلوب حل المشكلات) وغير المعرفية (الرضا عن الحياة)، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠١) طالب من طلاب كلية التربية، جامعة جازان، وطبق عليهم مقياس الهزيمة النفسية ، ومقياس أسلوب حل المشكلة ، ومقياس الذكاء الوجداني، ومقياس الرضا عن الحياة واستخدمت الدرسة أسلوب التحليل العاملي، وأسلوب التحليل التمييزي، وأظهرت النتائج ما يلي: مفهوم الهزيمة النفسية مفهوم متعدد الأبعاد إذ خلصت نتائج التحليل العاملي إلى أن مفردات مقياس الهزيمة النفسية تتشبع تشبعًا مقبولا على ستة عوامل. وجود فاعلية تمييزية للهزيمة النفسية بين الطلاب عينة الدراسة في ضوء الذكاء الوجداني، وأسلوب حل المشكلات، والرضا عن الحياة. التوصل إلى نموذج مقترح للهزيمة النفسية.

- **المقدمة والخلفية النظرية** :

الهزيمة النفسية أو الانهزامية Defeatism في أعلى معانيها حالة من الشعور بالعجز، وقلة الحيلة، وانعدام الفاعلية الشخصية في الحياة، والتعاسة العامة وهي دالة في جزء منها على الأقل للتعرض للأحداث الصادمة والظروف العصيبة، والأحداث الحياتية الضاغطة، خاصة إذا صادفت بناء نفسيًا هشًا قابلا للانكسار نتيجة أساليب التنشئة الاجتماعية غير السوية، فضلا عن ارتباطها بالتعرض لعمليات القهر والإكراه بما لها من تأثيرات سلبية على شخصية المقهور.

وهي حالة مرضية حقيقة، وليست وصفًا اخترعه خيال الشعراء أو الأدباء أو الفلاسفة تجاوبًا مع عطاء التقدم الحضاري الذي أضفى تعقيدًا، وتسارعًا غير مسبوقا، وغير محدد الاتجاه، وما صاحبه من انفجار في سقف الآمال والطموحات، دونما امتلاك لأدوات تحقيقها، ومن المؤكد أن الهزيمة النفسية أخطر من الهزيمة المادية؛ لأنها تصيب المرء بالإحباط، والعجز رغم وجود المؤهلات والعتاد ورغم توافر إمكانيات التجاوز.

ويُعْتَقَدُ على المستوى النظري أن التحديث، والتقدم يستتبع التحضر الإنساني ، فضلا عن ارتباطه الإيجابي بالاندفاع نحو الحياة والفاعلية الشخصية والهمة الذاتية لكن للأسف ثبت خطأ هذا الاعتقاد، ومؤشرات تأييد هذا الموقف كثيرة لا تخطئها عين رجل الشارع فضلا عن الخبير.

إذ يؤكد هذا المعنى (Riesman ,2000) بإشارته إلى أن معظم الأفراد لايستطيعون التعايش مع متطلبات التقدم التكنولوجي الهائل الذي يعجز

الفرد عن ملاحقته، فضلا عن التغيرات التي لحقت بالقيم الإنسانية نتيجة التحولات السريعة، مما أدي إلى تعرضهم للكثير من صور الشعور بالوحدة النفسية والاغتراب النفسي ، وأن الشعور بالوحدة النفسية نقطة البدء لكثير من المشكلات التي يعاني منها الإنسان المعاصر خاصة حالة الانكسار والانهزام النفسي.

وخلال السنوات القليلة الماضية بدأ أطباء القلب يتحدثون صراحة بأن ثمة مرض يُدعى «متلازمة القلب المفطور» أو المكسور Broken heart syndrome وهي حالة مرضية تصف إصابة عضلة القلب muscle heart النابضة بالضعف المفاجئ نتيجة للتعرض لأزمات نفسية حادة ، وهو ما يُؤدي إلى حصول فشل (عجز) القلب heart failure عن ضخ الدم بالقوة المعهودة له قبل التعرض لتلك الضغوط النفسية، وتسمى هذه الحالة في بعض أدبيات الطب بمتلازمة مرض القلب الناجم عن التوتر النفسي stress cardiomyopathy (Koulouris, etal.,2010).

ومن الزاوية النفسية نجد أن الهزيمة النفسية وإن كانت تفتقد مثل هذه التسمية في أدبيات علم النفس إلا أن لدراستها تاريخا طويلا نسبيًا تحت مسميات أخرى مثل "العجز المتعلم Learning helplessness " والاغتراب النفسي Psychological Alienation (Schober,1990; Rabow, Berkman & Kessler,1983;)، والقصور في الكفاءة الشخصية (Cavell,1990) وانخفاض فعالية الذات (Schunk,1989) ، وحديثًا تحت مسمى " الشخصية القاهرة للذات أو الشخصية الهازمة للذات Self Defeating Personality " (Reich,1987) والأنا المنكسرة Fragile Ego (Velmans,2013; Cushman,1990)

وإن كانت تلك المصطلحات ذات دلالات تختلف إلى حدٍ كبير عن تعريف مصطلح الهزيمة النفسية في الدراسة الحالية؛ لكونه مصطلحاً يكتسي معنى قريبًا من متلازمة مرض القلب الناجم عن التوتر النفسي، وهي حالة الانهزام النفسي الناتج عن الشعور بالإهانة والعجز.

كما أن الهزيمة النفسية حالة تتحقق عندما يتوقف الإنسان عن العطاء وتتوقف همته عن التفاعل الطبيعى مع ماحوله من أمور وتصبح نظرته الى الدنيا مظلمه تحمل الكثير من المآسي والحرمان ويتصور أنه من المستحيل تحقيق مراده وأهدافه، مع وضع الذات بين جوانب من الخوف والترقب إلى المستقبل، وهي حالة من الإنكسار الذاتي بما تحمله من مشاعر وإدراكات تفقده الهمة والثقة في الذات وعدم التسامح مع أخطاءه وهفواته وتوقفه عندها دون أدنى محاولة لتفاديها، فضلا عن الميل إلى إهانة الذات وتحقيرها وعدم التوقف عن جلدها.

ويشير (مروان محمد، ٢٠١٣) إلى ظاهرة إهانة الذات وجلدها كصيغة من صيغ الهزيمة النفسية بصورة مباشرة ويعتبرها الظاهرة الأكثر انتشاراً والأكثر خطورة في المجتمعات العربية، إذ يفيد بأن الكثير من أبناء الشعوب العربية يسعون بل يتلذذون بجلد ذواتهم لدرجة تصل احيانا الى اختلاق أخطاء لم ترتكب فعليا حتى يبكوا على أنفسهم ويبكي عليهم الآخرون.

وإهانة الذات وتحقيرها شعور سلبي يتنامى دائماً في أوقات الهزائم والإحباطات بسبب مناخ الهزيمة عندما يخيم على الأجواء بحيث تتوارى النجاحات ويتصدر الفشل واجهة الصدارة .

وينبع الشعور السلبي المتمثل في جلد الذات في جزء منه على الأقل من رغبة دفينة بالتغلب على الفشل ولكن ليس عن طريق مواجهته وإنما بالهروب منه إلى الداخل حيث ينزوي الإنسان ويتقوقع داخل هذا الحيز الضيق من الشعور بالعجز والفشل وتهميش كل قوة له ويعطى تحدياته أو ما يواجهه من مشكلات قوة أكثر بكثير مما هي عليه في الحقيقة

فإذا كان الضعف والهزيمة النفسية والمعنوية هما الدافعان لجلد الذات فغايته التقوقع والانحسار داخل بوتقة الانهزام مرورا بفقدان الأمل وصولاً إلى فقدان الرؤية والطموح وانتهاءً بالتلذذ باجترار مرارة الألم حتى إدمانه.

وغالبًا ما يتربط الشعور بالهزيمة النفسية بمجموعة من الإدراكات المعرفية السلبية التي تشكل فيما بينها متلازمة لتبرير الشعور بالعجز وذات أسماء براقة للتمويه وخداع النفس أو خداع الآخرين مثل الواقعية أو مسايرة الأحداث أو الرضا بالأمر الواقع.

والهزيمة النفسية دالة في جزء منها على الأقل لانعدام التوازن بين الفرد والمجتمع، إذ أن التوازن الاجتماعي بالنسبة للفرد أو للجماعة مرهون بمدى رسوخ منظومة القيم الحضارية والاجتماعية والدينية في الوسط الاجتماعي الذي ينتج ظواهر الانحراف والانكسار والقهر والتمزق ، وهي ظواهر تعكس حالة غياب منظومة القيم وتدل على فقدان المجتمع للتوازن الثقافي والفكري والوعي الجمعي الدال على فلسفة التكافل والتكامل (طه العامري، ٢٠١٣) .

ويرى(فيصل الحليبي ،٢٠٠٣) أن ذوي الشعور بالهزيمة النفسية تتأرجح تفاعلاتهم مع الواقع بين سبيلين أساسيين:

- الأول: النقد العام غير المجدي والاستياء الشامل من المتاح كل المتاح.
- الثاني: التشاؤم غير المفيد والمعطل للهمة والمثبط للحيوية الذاتية.

والشخصية الإنهزامية فيما يفيد (Kordel ,2012) شخصية يسيطر عليها الشعور بالإعياء والوهن النفسي العام، فضلا عن انهيار مقاومتها للمتاعب والمصاعب الحياتية العادية مع الاتكالية والاعتماد على الآخرين والنظرة السلبية للذات والآخرين، وتوقع الشر والخوف من المستقبل والتسويف الدائم للأمور.

وقد ينتج عن التسويف توتر وشعور بالذنب وحدوث بعض الأزمات النفسية التي تزيد من شعور الشخص بالهزيمة النفسية وتوسع من دائرتها (Fiore,2006).

وقد يكون الشعور بالهزيمة النفسية دالة لما يسميه (Ellis,2004) في نظريته عن العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي بسلوكيات قهر الذات Self defeating behaviors الناتجة عن سيطرة بعض الأفكار اللاعقلانية على الفرد خاصة

الأفكار المتعلقة باللاجدارة الشخصية وانعدام القيمة، وما يصاحبها من تعاسة وكآبة ترتب في النفس حالة من البلادة والجمود السلوكي وفقدان الفاعلية والحيوية الذاتية.

ويعرف (Baumeister& Scher , 1988) سلوك قهر الذات بأنه أي سلوك عفوي أو مقصود يصدر من الشخص يرتب أو يمكن أن يرتب إيذاءً للذات.

ويعالج (ماجد إبراهيم ،١٩٩٩) مسمى الهزيمة النفسية في إطار ما أطلق عليه مثلث القهر والذي يفضي بالشخص إلى حالة الاستسلام والهزيمة ومخاصمة الفعل الإبداعي والركون إلى التقليد والترحيب بالمألوف والمعتاد وبالتالي الافتقاد إلى الإقدام على المخاطرة وفقدان الهمة والحيوية الذاتية.

وتولد ثقافة القهر وممارساته ، في داخل الإنسان المقهور، مازوشية عالية أي تلذذًا بالتألم وإحساسًا بالدونية واحتِقارا للذات والقلق الوجودي والاغتراب وتنتج علاقات الإخضاع والقهر، أنماطا من الاستلاب واضطراب الديمومة وعقد نقص في أعماقه وفي مواجهة هذا القهر والعنف السلطويين يلجأ الإنسان المقهور في الغالب إلى التماهي مع شخصية القاهر وأسلوب حياته، ويذهب إلى توسل البطش والتسلط والتعالي والازدراء والتعسف (مصطفي حجازي، ٢٠٠٥).

وتظهر دراسة (Skaalvik, 1997) أن التأثيرات السلبية لما سمته قهر الأنا على البناء النفسي للإنسان، وتشير الدراسة إلى أن البحوث الحديثة في مجال الدافعية حددت نوعين رئيسيين لتوجهات الهدف، الأول التوجه نحو المهمة والثاني التوجه نحو الأنا، وأجريت الدراسة بهدف الكشف عن العلاقات الارتباطية بين بعدين مختلفين من أبعاد توجهات الأنا، بُعد قهر الأنا self-defeating ، وبعد تقوية الأنا self-enhancing، وكل من الإنجاز الدراسي ومفهوم الذات، وفعالية الذات، وتقدير الذات، والقلق، والدافعية الداخلية وكشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة بين توجه قهر الأنا وكل من التحصيل الدراسي، وإدراكات الذات، والدافعية الخارجية، كما كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة بين توجهات تقوية الأنا وكل من التحصيل الدراسي والإدراكات الإيجابية للذات والدافعية الداخلية.

ويشير (عبد الله الصبيح ،٢٠٠٨) إلى أن تخليق الهزيمة النفسية في إطار فكرة الاستعلاء الحضاري للآخر، يتم وفقا لما يلي:

- الدهشة الحضارية.
- تغييب السبل البديلة في الخيارات الحضارية .
- التجهيل بالهوية والتاريخ .

ويشير (فيصل الحليبي ،٢٠٠٣) إلى مجموعة أخرى من محددات تخليق الشعور بالهزيمة النفسية لعل من أبرزها ما سماه بالفراغ الروحي؛ إذ يرى أن الروح إذا لم تجعل لها جدولا عمليًا يخدم الإنسان فيه كل من تجب عليه خدمته،انشغلت هذه الروح بأوهام الهزيمة والضعف ، وأصبحت هشة تشرب كل خبر ، وتصدق كل نبأ.

ويتسق هذا الرأي مع ما هو مطروح في أدبيات علم النفس تحت مسمى خواء المعنى والفراغ الوجودي بتفسيراتهما المستقرة في أدبيات الفكر السيكولوجي المؤسس على الفلسفة الوجودية والنزعة الإنسانية والفكر التحليلي، فالفراغ الوجودي وخواء المعنى Emptiness حالة إنسانية من الشعور بالسأم العام والاغتراب الاجتماعي والبلادة العقلية والانفعالية والسلوكية؛ كدالة لافتقاد المرء لمعنى الحياة والوجود بشكل عام (Pytell,2006).

وقد عبر Viktor Frankl عن هذا المعنى في تطبيقاته للعلاج بالمعنى Logo Therapy في وصفه لعُصاب اللامعنى والفراغ الوجودي بأعراضه التي تتمثل في الشعور بالملل والتعاسة والفراغ الداخلي وعدم الرضا والإحساس بأن الحياة لا معنى لها ولا لون ولا طعم، ويعزو Viktor Frankl أسباب العزلة والاغتراب إلى فشل صاحب المعاناة في أن يجد معنى وإحساسًا بالمسئولية تجاه وجوده، مما يُخِلُ بصورة دالة من الاتساق بين ثلاث منظومات للقيم هي قيم الخبرة التي تتحقق من خلال الوجود المُدْرَك في العالم، والقيم الإبداعية التي تتحقق من خلال الفعل المباشر في العالم، وقيم الاتجاه التي يتوقف تحقيقها على وعى الفرد (قاسم صالح، ٢٠١٣ ، Esping,2010).

ووفقًا لتصور (Fuchs,2007) فان العُصاب النفسي دالة في جزء كبير منه لافتقاد المرء القدرة على تأسيس مفهوم ذات متماسك يجمع بين ماضيه وحاضره ومستقبله، فتتشذي شخصيته ويكون الشعور بالخواء النفسي النتيجة الطبيعية لمثل هذا الفشل، ويمثل الخواء النفسي أو خواء المعنى المظهر الرئيسي لعدم التوازن بين التقدم المادي والحضاري والتقني الرهيب والجانب المعنوي والأخلاقي من الشخصية، مما يخلق صيغة حياة مولدة لمشاعر الانكسار والهزيمة النفسية.

وعبر (Bloom , 2008) عن هذا المعنى بتأكيده العلاقة بين الإحساس بالانكسار والهزيمة النفسية من جهة والخواء النفسي من جهة أخرى، وأن هذا الخواء النفسي دالة لافتقاد المرء الرغبة والإرادة والقدرة على الكشف عن معنى الحياة نتيجة الابتعاد عن القيم الروحية والدينية والانغماس في الملذات والسعى وراء الشهوات التي لا حد بطبيعة الحال لإشباعها.

كما يشير (Bloom , 2008) إلى أن الشعور بالهزيمة النفسية المكون الرئيس لحالة الاكتئاب واليأس والتشاؤم، وأن التمسك بالقيم الروحية في المقابل السبيل للوصول إلى النقيض المنطقي للهزيمة النفسية وهي حالة الاعتزاز بالذات وبالآخرين وبالعالم بصورة عامة، وبالتالي الإقبال على الحياة والترحيب بها والاندفاع الإيجابي لتجويدها بهمة وحيوية ذاتية.

ويرى (عبد الله الصبيح ، ٢٠٠٨) أن لمفهوم الهزيمة النفسية مظهرين رئيسيين:
- المظهر الأول: الشعور بهزيمة المبدأ أمام الواقع .
- المظهر الثاني: هزيمة الذات أمام المبدأ .

والهزيمة في كلا المظهرين لابد أن يصاحبها عدد من المشاعر؛ كي تكون هزيمة نفسية:

- الأول: الشعور بالعجز وضعف الإرادة عن التغيير.
- الثاني : الإعجاب بما عند الخصم من تراث وحضارة رغبة في تقليده.
- الثالث : احتقار الذات أو تخلٍ عن الهوية، ولابد أن يصاحب ذلك سلوك الاستهلاك .
- الرابع: الاندفاع نحو اغتنام اللحظة وأخلاقيات الوقت الحاضر وتلمس كل مصدر للملذات وإشباع الحاجات الآنية دون وازع قيمي أو تدبر في العواقب.

وترتبط الهزيمة النفسية بالمعنى السابق بالهزيمة المعنوية Morale Defeating وتتضمن بعدين أساسيين على نحو ما يرى(محمد علوان ،٢٠١١) وهما:

- النوع الأول: تعظيم إنجاز الآخر بما يقتضي استحالة اللحاق به أو التفوق عليه وبالتالي استصغار الذات مقارنة به.
- النوع الثاني: تحجيم إنجاز الآخر والتقليل من شأنه بشكل غير منطقي ولا مبرر، بالاستعلاء بمنجز ماضوي لا سبيل إلى استعادته، تجسيداً لحيلة الهروب إلى الماضي والاحتماء به .

واستسلام ذوي الخصائص السابقة للهزيمة المعنوية بالمعنى السابق أسهل من النهوض بالعمل الجاد، والاستسلام لتفوق الآخر أو إنكار هذا التفوق كلاهما مثبط للسعي، الأول لانعدام الأمل والثاني لانعدام الحاجة (جورج طرابيشي،٢٠١٠).

ومع التسليم بأن الضعف الإنساني سمة تلازم الإنسان من لحظة البداية في خلقه، إلا أن اشتداد الشعور بحالة الضعف هذه واتساع نطاقها ربما يفضي إلى معاناة الإنسان من الشعور بالانكسار والانهزام النفسي، فتشل قدراته ويعجز عن التعامل الإيجابي مع أي موقف أو حدث أو مشكلة؛ مما يُوهِنُ من مرونته النفسية العامة ويضعف بصورة دالة من قدرته على الصمود النفسي Psychological Resilience، فيصبح عرضة للكثير من الاضطرابات النفسية والسلوكية الناتجة عن ضغوط الحياة وظروفها العصيبة.

وتتناول (صفاء الأعسر ،٢٠١٠) بالتحليل الترجمات التي طرحت لمفهوم Psychological Resilience وتنتهي إلى تفضيل ترجمته إلى المقابل العربي "الصمود النفسي" ويُعدُ الصمود أحد البناءات الكبرى في علم النفس الإيجابي فعلم النفس الإيجابي هو المنحى الذي يعظم القوى الإنسانية باعتبارها قوى أصيلة في الإنسان مقابل المناحي السائدة والشائعة والتي تعظم القصور وأوجه الضعف الإنساني، وهذا الاختلاف في الرؤى لا يتعارض مع وحدة الهدف وهو تحقيق جودة الحياة.

وترى(صفاء الأعسر ،٢٠١٠) أن الصمود بناء وافد من علم المواد، ويصف المواد التي تستعيد خواصها بعد التعرض للطرق أو التمدد أو الانكماش وغيرها من المؤثرات الخارجية، وهو نفس المعنى الذي يحمله الصمود في علم النفس إذ يعني القدرة على استعادة الفرد لتوازنه بعد التعرض للمحن والصعاب، بل وقد يوظف

هذه المحن والصعاب لتحقيق النمو والتكامل، وهو بالتالي مفهوم دينامي يحمل في معناه الثبات، كما يحمل الحركة، ويمثل بالمعنى المشار إليه الحالة المضادة نفسيًا لحالة الهزيمة والانكسار النفسي، ومن هنا تأتي أولا ضرورة توصيف حالة الهزيمة النفسية ومحددات وديناميات تشكيلها.

ويري (Spiegel ,2006) أن مظاهر الإحساس بالهزيمة النفسية قد تكون دالة في جزء منها على الأقل للخبرات الصادمة التي فشل المرء في التعافي من تأثيراتها النفسية نتيجة ضعف بنائه النفسي العام وقصور مهارات ما يسمى في أدبيات علم النفس الإيجابي المعاصر الصمود النفسي، فضلا عن افتقاده إلى المساندة النفسية والاجتماعية .

بمعنى آخر قد تكون مشاعر الهزيمة النفسية جزءًا من اضطرابات الضغوط التالية للصدمة Post Traumatic Stress Disorders، وتصبح هي بذاتها حالة مرضية مع تتالي خبرات التعرض للصدمات والفشل في المواجهة، إذ تتخلق على هذه الأرضية ملامح الهزيمة النفسية (Vostanis,2004; Caffo, Forresi& Lievers2005).

وقد توصلت نتائج بعض الدراسات الي أن الضغوط الاجتماعية قد تدفع الفرد إلى التنازل عن استحقاقاته التي تتسق مع قدراته وإمكانياته الشخصية إيثارًا للسلامة وربما ينطبق هذا الوصف بصورة واضحة على ذوي المستويات المرتفعة من الموهبة إذعانًا للضغوط وإعلاء لأهداف أخرى متعلقة بموجبات التقبل الاجتماعي والاستحسان الاجتماعي والمرغوبية الاجتماعية كحاجات إنسانية أصيلة ربما تدفع الإنسان إلى المسايرة المفرطة إرضاءًا للآخر؛ مما يرتب شعورًا بالاستياء العام واندفاعًا في تيار الخمول والبلادة السلوكية وإحساسًا بالمرارة والانكسار النفسي (Lewis,1994; Masters,2009).

وخلصت نتائج بعض الدراسات الي أن المراهقات الموهوبات تعزين تفوقهن في المدرسة إلى عوامل خارجية لا علاقة لها بقدراتهن الشخصية المرتبطة بالتفوق والموهبة، إيثارًا للمقبولية الاجتماعية ورغبة في الحصول على الاستحسان الاجتماعي (Callahan,Cunningham &Plucker,1994).

وربما يفسر هذا الميل ما يشير إليه (عادل عبد الله محمد، ٢٠٠٥، ١٧٩) من أن المراهقين الأكثر موهبة يستخدمون بعض استراتيجيات المسايرة الاجتماعية Social Conformity من أهمها: إنكار الموهبة (التنكر لمواهبهم وإخفائها) ـ الامتثال ـ الشعبية ـ تقبل الأقران، وهي خصائص ربما تفضي إلى إضعاف همتهم وتناقص طاقة إقبالهم على المثابرة وإثبات الذات.

ويفترض الباحثان وجود علاقة بين الشعور بالهزيمة النفسية وبعض متغيرات الشخصية مثل الذكاء الوجداني وأسلوب حل المشكلات والرضا عن الحياة وعلى الرغم من عدم وجود دراسات عربية ـ في حدود اطلاع الباحثان ـ حاولت الكشف عن مثل هذه العلاقة، إلا أن التحليل المفاهيمي للمتغيرات المشار إليها ينبيء على المستوى النظري بوضوح طبيعة هذه العلاقات المفترضة، فضلا عن

إمكانية استخدامها كمحكات للتحليل التمييزي لذوي المستويات المرتفعة من الهزيمة النفسية مقارنة بذوي المستويات المنخفضة منها.

فالذكاء الوجداني دالة في جزء كبير منه لما يمكن تسميته بحالة التدفق الانفعالي الإيجابي المرتبط بالحساسية الانفعالية والضبط الانفعالي والقدرة على ترويض وإدارة انفعالات الذات والآخرين، مع توافر قدر معقول من الإرادة والدافعية الذاتية، ووفقا لذلك فإن القصور في مهارات الذكاء الانفعالي ربما يدخل المرء في علاقات تفاعل اجتماعي سلبية يتلقى بموجبها تعزيزات سلبية توهن من عزيمته وتحد من إقباله على الآخرين وربما تدفعه باتجاه الانسحاب الاجتماعي واجترار مرارة التألم الذاتي، فضلا عن أن النجاح في الحياة يتطلب تمتع الفرد بمستوى معقول من الذكاء الوجداني يمكنه من إقامة علاقة اجتماعية إيجابية مع الآخرين وتحقيق الرضا والكفاءة ليشعر بالإشباع النفسي والتمكن والاقتدار الشخصي.

ويتضمن الذكاء الوجداني وفقًا للنماذج النظرية التي طرحت لوصفه وتفسيره عنصر الإرادة أو الدافعية وهو أحد العناصر الرئيسة والحيوية فيه بحيث يكون لدى الفرد هدف موجه يسعى نحوه بقوة ولديه الحماس له والمثابرة عليه والسعي المستمر لتحقيقه (روبنس بام وسكوت جين ٢٠٠٠).

وبالتالي وعلى المستوى النظري يفترض أن ذوي المستويات المرتفعة من الشعور بالهزيمة النفسية أقل في مستوى ذكائهم الانفعالي من ذوي المستويات المنخفضة من ذلك الشعور، فضلا عن ارتباط الذكاء الوجداني بالإيجابية العامة والفاعلية الشخصية وهما بعدين مناقضين لأبعاد الهزيمة النفسية.

ويشير (محمد عيد ،٢٠٠٢، ١٣٨- ١٣٩) إلى معنى قريب من ذلك بتأكيده على أن الذكاء الوجداني يرتبط مفهوم الإيجابية بالعديد من الدلالات والمعاني التي تعكس القوة الإ نسانية، والكفاءة والفعالية الذاتية للفرد والتمكين الشخصي، على اعتبار أن الإيجابية مكون نفسي متعدد العناصر والأبعاد يحمل في ثناياه ميزات وخصائص نفسية تتسع لتكون دالة على إيجابية الفرد لكونه بمثابة الطاقة التي تبعث في النفس الشعور بالأمل والحيوية والنشاط، وتدفع الفرد إلى المبادرة والبذل والعطاء والطموح واغتنام الفرص واستثمار الواقع، وقوة الأنا والتي تُقاس بالقدرة على تحمل الإحباط وتجاوزه، والارتفاع فوق مشاعر الإثم.

وتؤكد هذا المعنى نتائج دراسة (نعمات علوان وزهير النواجحة ،٢٠١٣) والتي كشفت عن وجود علاقة ارتباط دالة إحصائيا بين الذكاء الوجداني والإيجابية العامة؛ ووفقا لذلك فإن الأشخاص الأذكياء وجدانيا هم أكثر شعورا بالسعادة والطمأنينة وتقدير الذات والتوافق الشخصي والبينشخصي وأكثر إدراكا لمعنى الحياة، وأكثر قدرة على الإبداع وحل المشكلات، والتكيف مع المستجدات التي تطرأ على حياتهم، يتقبلون ذواتهم والآخرين،يتواصلون بجدية، يتحملون المسؤولية، يمتلكون دافعية، لا يسمحون للمشاعر السلبية أن تتملكهم مقارنة بالأشخاص منخفضي الذكاء الوجداني، وهذه المؤشرات تتناقض بصورة تامة مع مؤشرات الهزيمة النفسية.

كما أن الدافعية والمثابرة والإقبال على الحياة بهمة وتحمس أحد أهم مؤشرات الرضا عن الحياة (Barnwell Earleywine & Life Satisfication Wilcox,1995)، وتؤكد نتائج دراسة (Marin,1996; Marin et al, 1991) هذا المعنى إذ كشفت عن أن انخفاض معامل الدافعية للمرء وفتور همته تميز بصورة فارقة بين ذوي المستويات المرتفعة من الرضا عن الحياة وذوي المستويات المنخفضة منه، وتوصف البلادة بصورة عامة بأنها "حالة من فقدان الدافعية يتعذر عزوها إلى اضطرابات معرفية أو ضيق وتوتر انفعالي أو تناقص في مستويات الوعي.

إذ تفيد نتائج دراسة (Gerritsen,etal.,2005) إلى أن الافتقاد للحيوية الذاتية كمؤشر للبلادة النفسية تأثيرات دالة على إدراك الأفراد لنوعية حياتهم وتحديد مستوى رضاهم عنها، ففي محاولةٍ للكشف عن العلاقة بين البلادة النفسية وجودة الحياة الذاتية لدى (٩٢) نزيلا بمؤسسات الرعاية وجد أن ارتفاع مؤشرات البلادة النفسية يفضي إلى انخفاض دال في إدراكهم لجودة حياتهم الذاتية، وأن المتغير الوسيط المؤثر على هذه العلاقة هو مستوى القدرة والوظيفة المعرفية، وأن مؤشرات البلادة النفسية كما تتبدى في حالات الشعور بالخمول وفتور الهمة والكف السلوكي والافتقاد للبهجة والتسطح الانفعالي والشعور بالانكسار النفسي منبئات جيدة بمستوى الشعور بجودة الحياة الذاتية.

ويتسق هذا التصور مع ما يُشار إليه "بمتلازمة انخفاض معامل الدافعية Amotivational syndrome" بوصفها حالة نفسية تقترن بانخفاض دال في معامل الطموح الشخصي وفي معامل الرغبة في المشاركة في المواقف والأنشطة الاجتماعية مع نوبات متكررة وشديدة من البلادة العقلية والسلوكية العامة نتيجة التعرض لأي حدث أو موقف ضاغط.

وتُشير البلادة العقلية والسلوكية العامة Apathy إلى وجود تغيرات دالة في ثلاث جوانب على الأقل من شخصية البشر تمثل مؤشرات يمكن بموجبها تحديد مستوى رضاهم عن الحياة :

- الجانب الأول النشاط الظاهر observable (overt) activity :
- كما يعبر عنه في تناقص همة الشخص وقصور أدائه عن الالتزام بمهام الحياة اليومية ومهام العمل والقصور فيما يعرف بالسلوكيات الموجهة نحو الهدف goal-directed behavior .
- الجانب الثاني محتوى التفكير Thought content .
- إذ يكشف محتوى تفكير ذوي البلادة السلوكية العامة عن تناقص دال في محتوى التفكير الموجه نحو الهدف، إذ لا يوجد لدى من تسيطر عليه هذه الحالة خطط مستقبلية مع الافتقاد للرغبة على أداء أي أعمال.
- الجانب الثالث التجاوب الانفعالي emotional responsivity:
- وتشير إلى سطحية التجاوب الانفعالي ولحظيته ومحدودية سعته وعدم تنوعه بغض النظر عن الأحداث والمواقف (Benoit, & Lechowski , 2008, Marin & Wilkosz,2005).

وتخلص نتائج دراسة (Krapu,Meinke,Kramer, Friedman & Voda, 2006) والتي هدفت إلى التحقق من صدق المفهوم لمقياس قائمة مسح الرضا عن الحياة، فضلا عن الكشف عن بنيته العاملية، ويتضمن هذا المقياس (٣١) مفردة تمثل العلاقة بين الرضا عن "الحياة والدافعية Life satisfaction/ motivation " و (٢٠) مفردة تمثل الانفعالات الإيجابية/ ضبط الذات "Positive emotions/self control" (١١) مفردة تمثل الثقة في الآخرين Interpersonal confidence، إضافة إلى مفردات تقيس أبعاد أخرى مثل نمط وجود النوم ونمط التغذية وممارسة الرياضة، وخلصت نتائجها إلى أن العاملين الأول والثاني يفسران النسبة الأكبر من التباين، وأن انخفاضهما يرتبط بزيادة المعاناة من الاضطرابات النفسية والسلوكية.

وفيما يتعلق بأسلوب حل المشكلة خاصة أسلوب حل المشكلات الاجتماعية Social Problem Solving Style كعملية معرفية يحاول الأفراد من خلالها اكتشاف استراتيجيات وطرق فعالة للتعامل مع المشكلات اليومية التى يواجهونها فى حياتهم (Cassidy & Long , 1996: 265) أما في علاقة أسلوب حل المشكلات بالفاعلية الذاتية والإقبال على الحياة تؤكد نتائج العديد من الدراسات مثل دراسات (Dreer, Elliott, Fletcher & Swanson,2005) أن نجاح الفرد في الحياة بصفة عامة وبالتالي في مستوى تنعمه الذاتي وتوافقه العام دالة في جزء منه إلى أسلوبه في حل ما يتعرض له من مشكلات حياتية خاصة مشكلات التفاعل مع الآخرين، وأن أسلوب حل المشكلات يرتبط بصورة دالة بفاعلية الفرد العامة وبمستوى نشاطه ومثابرته وهمته الشخصية.

ففي دراسة (Cassidy & Dhillon,1997) تم قياس الحالة الصحية العامة لدى عينة الدراسة المكونة (٧٩) مديراً، وفقا لتصنيف يتضمن أبعاد معينة هي: التنعم النفسي والتقرير الذاتي للصحة البدنية والتقرير الذاتي لمعدل تواتر المرض والتقرير الذاتي للسلوك الصحي، وتم التعامل مع مفهوم أسلوب حل المشكلة على أساس كونه متغيراً نفسياً متعدد الأبعاد وتم قياسه وفقا لعدة عوامل: أسلوب الشعور بالعجز وأسلوب القدرة على الضبط والسيطرة وأسلوب الثقة والأسلوب الإبداعي وأسلوبي الإقدام/ التجنب وكشفت نتائج تحليل الانحدار المتعدد أن أسلوب حل المشكلة يسهم بجزء كبير من التباين الدال في كل المقاييس الفرعية للصحة العامة، وتخلص الدراسة إلى التوصية بدراسة العلاقة بين الأساليب الإيجابية في حل المشكلة والرضا العام عن الحياة كما يقاس بمؤشرات السعادة وانخفاض الشعور بالعجز والاضطرابات النفسية.

وتشير نتائج دراسة (Aldin ,et al. ,2003) والتي هدفت إلى دراسة العلاقة بين

أسلوب حل المشكلة والتنعم النفسي بين طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (٤٢٠) طالب، طبق عليهم مقياس حل المشكلة Problem Solving Scale لكاسيدي ولونجز ومجموعة مقاييس السعادة المرتكزة على استدعاء الخبرة الجامعية لفونلاند Memorial University of New Foundland Scales of

Happiness (MUNSH) إلى وجود علاقة إحصائية دالة بين أسلوب حل المشكلة والتنعم النفسي psychological well-being إذ كان مستوى الدلالة لكل المقاييس الفرعية لأسلوب حل المشكلة في تحديد التنعم الذاتي دالة عند مستوى ٠,٠١.

وخلصت نتائج دراسة (Chang & Banks,2007) في إطار توضيح العلاقة بين الأمل كما يوصف بنظرية الأمل لسنايدر أن الأمل يرتبط ارتباطا دالا بكل من مسارات التفكير الإيجابي وحل المشكلات الاجتماعية والوجدان الموجب والرضا عن الحياة.

ومفهوم الهزيمة النفسية متغيرًا نفسي متعدد الأبعاد ومتداخل في نفس الوقت مع العديد من المفاهيم النفسية الأخرى وتلزم الحاجة إلى تقديم تصور نظري لوصفه وتفسيره وتحديد ملامحه وأبعاده وديناميات تكوينه والكشف عن البناء النفسي العام لذوي المستويات المرتفعة من الشعور بالهزيمة النفسية، في إطار الافتراض النفسي العام الذي يتبناه الباحثان والذي مفاده أن للشعور بالهزيمة النفسية قوة تمييزية بين ذوي المستويات المرتفعة وذي المستويات المنخفضة في الذكاء الوجداني وأسلوب حل المشكلات والرضا عن الحياة.

- **مشكلة الدراسة** :

أدى تعقد الحياة الإنسانية في مجتمعاتنا المعاصرة إلى تفاقم صعوبات الحياة وتعددت مشاكل الإنسان وزادت الأعباء وأصبح من الصعب على الإنسان تحقيق معظم حاجاته وطموحاته أو أن يسلك في الحياة دون معاناة أو ألم، وهذه الظروف الحياتية الصعبة والمتلاحقة بما فيها الظروف المادية الصعبة والتغيرات السريعة التي طرأت على مجتمعاتنا العربية والتحديات التي تواجه هذه المجتمعات والحروب المتلاحقة والعدوان والدمار وغير ذلك زادت من معاناة الإنسان وصراعاته الفكرية والنفسية كما زادت من الضغوط النفسية ومن حالات الإحباط والقلق والحرمان والاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية والاغتراب والشعور بالانكسار والانهزام النفسي، والتعرض إلى العديد من الاضطرابات النفسية والعقلية والسلوكية ويضعف قدرته على العمل والعطاء والإنجاز، ودفعه باتجاه الاستسلام والركون للواقع بكل تفاصيله.

وتتبلور الاتجاهات الفكرية في كل عصر على نحو ما تفيد (عطيات أبو العينين ،٢٠٠٧) حول فكرية أساسية تكون الطابع المميز لهذا العصر، ففي مصر الفرعونية برزت فكرة الخلود، وفي الحضارة اليونانية القديمة برزت فكرة الوجود Ontology، وأفرزت الثورة البرجوازية فكرة المساواة والحرية Equity & Freedom، أما في عصر التحديث والتصنيع برزت فكرة الميكنة والتشيؤ، وفي عصرنا هذا أصبحت فكرة الاغتراب Alienation الفكرة الجوهرية التي تعبر عن أزمة الإنسان المعاصر.

وتجدر الإشارة إلى أن الاندفاع المتسارع نحو تقبل المضامين الفكرية والثقافية لفكرة العولمة Globalization التي تمثل الفكرة الناظمة لمجتمعات ما بعد الحداثة ولد مظاهر سلوكية يتعذر في واقع الأمر تفسيرها بفكرة الاغتراب

النفسي المشار إليها، ففكرة الهزيمة النفسية (الانهزامية) Defeatism بمضامينها الحضارية والثقافية الفكرة الأكثر مناسبة لتوصيف واقع حال الإنسان العربي في الوقت الراهن.

ويتحدث الكثير من رواد البحث الاجتماعي في الوقت الراهن عن مصطلح الهزيمة الفكرية والحضارية Thoughts &Civilization Defeating كتوصيف عام لحالة التبعية والانقياد للآخر واعتباره أنموذجًا للتقدم الفكري والثقافي والصناعي، وتزايد هذا الحديث مع تنامي واتساع فضاءات العولمة واعتبارها قدر محتوم لا تملك المجتمعات فكاكا عنه، وما المظاهر الاستهلاكية العمياء إلا مؤشرًا كافيًا للتدليل على صحة هذا التوجه، فهناك مجتمعات تنتج وتملك ما يصح تسميته "سر الصنعة والملكية الفكرية "Knowing How ، ومجتمعات تستهلك ذلك المنتج (Giuliani,2007).

وحالة الهزيمة النفسية حالة مرضية ، مؤشراتها بادية وقابضة بملابستها على البنية النفسية العامة للكثير من الشباب في عالمنا العربي على وجه الخصوص.

والهزيمة النفسية غير مصنفة في منظومات أدلة التصنيف العالمية للاضطرابات النفسية والسلوكية كالدليل التشخيصي والإحصائي الرابع المعدل الصادر عن الجمعية الأمريكية للطب النفسي (American Psychiatric Association,2004, DSM IV) والنشرة الدولية العاشرة للاضطرابات النفسية الصادرة عن منظمة الصحة العالمية (WHO,1993).

وتتصف حالة الهزيمة النفسية بخصوصية تستوجب دراستها وتحديد ملامحها وأبعادها، خاصة وأن هزيمة الذات أقسي على البشر من كل الأسلحة الفتاكة التي اخترعها الإنسان، وهي هزيمة تؤدي في حالة طغيان اليأس إلى الارتماء في الممارسات الخاطئة التي لا يعود ضررها على الفرد ذاته فقط، ولكنه ضرر تتسع دائرته لتشمل الآخرين، وقد يُحدث أضرارا جسيمة بالمجتمع كله وليس بشريحة محددة منه (أفنان دروزة، ٢٠١٣).

ويفضي التفكير الانهزامي وفقًا لما يشير إليه (Snyder,1994) إلى ما يسميه الموت النفسي Psychological Death ويعتبر هذا الموت دالة لتدني قدرة الشخص على التفكير الموجه نحو الهدف Goal – directed Thinking ويرتب حالة من البلادة العقلية والنفسية تجاه أهداف الحياة نتيجة اليأس وفقدان الأمل.

ويعبر (محمد المغربي ،٢٠٠٤) عن فكرة الذات المهزمة وعقدة الاستلاب والاضطهاد، مما يدفع الفرد للتعبير سلوكيًا ،وتتجسد هذه السلوكيات على أوهام أساسية منها:

- وهم البطل المهزوم، الذي يمتلك كل المقومات، لكنها هي الظروف المعاندة.
- وهم المنقذ الذي خانته الأقدار.
- وهم الاضطهاد كوسيلة من وسائل التحايل أمام إنهزامية الذات.

- وهم التبرير الخاطئ بتأصيل فكرة الحظ والظروف والقدر في البنية النفسية كحيلة هروبية من الإحساس بالعجز وعدم المقدرة.
- وهم الدائرة المفرغة والاعتقاد بحتمية الفشل واستحالة تجنبه، والندم والأسى والغضب والشك في الذات وتعذيب الذات وإهانتها أمرًا تستوجبه فكرة التلذذ بالألم.

والشعور بالهزيمة النفسية شيء مرعب، إذ يحيا من تسيطر عليه حياة فارغةً من أية مقوّمات ايجابية ومن أي معنى أو أي قيمة للحياة ، إن الهزيمة تلقي بظلالها السوداء على جوانب الحياة تفقده الشعور بأي مظهر من مظاهر البهجة أو الاستمتاع بالحياة.

فحين يصبح الشعور بإنكسار الذات وهزيمتها سوطًا يجلد به المرء نفسه تصبح كل خيارات الرضا بالقهر متاحة أمامه كحيلة تبريرية لتبرير أخطاءه ولتبرير حالة الاستكانة والاستضعاف والانسحاب من عالم الخبرة الاجتماعية لتستوطن فيه ذات فردية متشرنقة على ذاتها راضية بدور المفعول به منحصرة في مربع الهم الفردي دون التفكير في السياق المحيط، الأمر الذي يُخْشَىَّ معه تجذير وترسيخ حقيقة الانهزام النفسي الكلي للفرد والمجتمع.

ويؤكد هذا المعنى (عبد الحكيم شباطٍ،٢٠١٢) بإشارته إلى أن " الهزيمة من الناحية النفسية، أشد خطورة وأمضى فتكا منها على الصعيد العملي. فالتسليم بالأمر القائم وقبول دور المنهزم، وعدمِ السعي لإعادة الفاعلية لمجتمعاتنا، يعني أن نحكم على أنفسنا بالموت حضاريا. ومجرد قبول كل ما يفد لنا، وكل ما يقال عنا، وكل ما يراد لنا هو ضرب من الحمق، وخور مهين في العزائم، والرضا بدور المستجدي على موائد بقية الأمم، والمتطفل على نتاجها المعرفي والتقني سوف يخرجنا من التاريخ.

ويؤكد عبد العزيز الحسيني (١٤٢٨ هـ) على هذا المعنى إذ يشير إلى أنه عندما "يحل الضعف والتخلف والانحطاط بالأمم والأفراد؛ يُفرز هزيمة نفسية تُدمر المعنويات، وتنشر التخاذل، وتشُل المدارك، وتعطل النهوض والقيام، إذ ليس هناك أضر على الأمم من أن يتسرب اليأس والوهن إلى أفرادها، والفتور والإحباط إلى دعاتها. فهي داء عضال لم يتسلط على إنسان إلا أحبطه وأقعده ولا على أمة إلا أصابها بالعجز واليأس".

وتفترض الدراسة الحالية أن للشعور بالهزيمة النفسية تأثيرات مباشرة على مستوى الذكاءٍ الوجداني للأفراد وعلى أسلوبهم في حل المشكلات الحياتية التي تواجههم؛ فضلاً عن ارتباطها بمستوى رضاهم عن الحياة، ومن هنا تستهدف الدراسة أيضًا التحقق من التحليل التمييزي لمقياس الهزيمة النفسية باعتبارها حالة يمكن أن يُميز في ضوء ما تسفر عنه من نتائج عن وجود تمايز في الذكاء الوجداني وأسلوب حل المشكلة والرضا عن الحياة بين ذوي المستويات المرتفعة من الهزيمة النفسية وذوي المستويات المنخفضة منها.

ونظرا لندرة تناول ظاهرة الهزيمة النفسية في أدبيات علم النفس المعاصر فان محاولة نحت ملامحهما وأبعادها ومحدداتها أمرا بالغ الصعوبة،ومما سبق تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات التالية :

- ما أبعاد الهزيمة النفسية ؟
- ما علاقة فاعلية الهزيمة النفسية ببعض المتغيرات المعرفية (الذكاء الوجداني وحل المشكلات) وغير المعرفية(الرضا عن الحياة).
- ما التصور المقترح لنموذج الهزيمة النفسية ؟

- **أهداف الدراسة** :

تهدف الدراسة الحالية الي :

- تحديد أبعاد الهزيمة النفسية.
- الكشف عن العلاقة بين فاعلية الهزيمة النفسية وبعض المتغيرات المعرفية وغير المعرفية .
- التحقق من النموذج المقترح للهزيمة النفسية .

- **أهمية الدراسة** :

- تتناول الدراسة متغيرا مهما وهو الهزيمة النفسية للكشف عن مؤشراتها وتحديد أبعادها نظرا لندرة الدراسات العربية والأجنبية في هذا المجال .
- تناول متغير الهزيمة النفسية أمرا تقتضيه ضرورات الواقع ومقتضيات الآمال حيث أنها الممهدة والسابقة لأي هزيمة حضارية وعسكرية وثقافية ومعنوية.
- تكتسب الدراسة الحالية أهميتها من محاولتها التصدي لمفهوم الهزيمة النفسية وهو مفهوم نفسي متداخل في نفس الوقت مع العديد من المفاهيم النفسية الأخري بغرض قياسه وتحديده وتمييزه عن المفاهيم الأخري المتداخلة.
- الكشف عن البناء النفسي لمفهوم الهزيمة النفسية وأبعاده الأساسية.

- **فروض الدراسة** :

- لا تتمايز البنية المعرفية لمقياس الهزيمة النفسية الي عدة أبعاد.
- لا توجد علاقة بين فاعلية الهزيمة النفسية وبعض المتغيرات المعرفية (الذكاء الوجداني وأسلوب حل المشكلات) وغير المعرفية(الرضا عن الحياة) .
- لا يمكن التوصل الي نموذج مقترح للهزيمة النفسية.

- **مصطلحات الدراسة** :

١- **الهزيمة النفسية** Psychological Defeatism :

ينظر إلى مصطلح الانهزام النفسي لغة بوصفه تجسيد لحالة الانكسار والتشقق، نقول انهزم العدو: انكسرت شوكته، وشق صفه، وانتصر عليه، فهو منهزم، ومهزوم، والهزيمة في القتال: الكسر، والفل. ويرتبط مصطلح الانهزام النفسي بهذا المعنى باحتقار الذات، والاحتقار لغة: الإذلال، والإهانة، والتصاغر يُقال: احتقره، حَقَرَهُ، وحَقَرَ الشيء حقرًا، وحقارة، فهو حقير: ذل وهان وصغر (ابن منظور،٢٠١١: ٢٠٧؛ مجمع اللغة العربية، ٢٠٠٤، ١٨٧).

ويعرف (World English Dictionary ,2011) الانهزامية بوصفها حالة نفسية تصف الشخص الذي يعترف بعجزه ويتوقع الفشل وتنعدم لديه روح

المقاومة بسبب اقتناعه بأن لا طائل من بذل أي مجهود لتغيير الواقع مع شعوره بأن الخسارة مؤكدة ولا سبيل إلى تفاديها .

وصيغ مصطلح الهزيمة النفسية كتأصيل لأمضى ميكانيزم من ميكانيزماتٍ الحرب النفسية في بدايات القرن الماضي في أدبيات العلوم العسكرية تأصيلا لسلاح نفسي شديد التأثير وشديد الفاعلية في نفس الوقت في إلحاق الهزيمة بالعدو دونما بذل مجهود عسكري يذكر ودونما تحمل لخسائر مادية أو بشرية، بإفقاد العدو الإرادة النفسية للقتال، وارتبط بهذا الأمر صياغة تعبير " الحرب القادمة ستبدأ في عقول البشر، وستنتهي أيضًا في عقول البشر".

ولا تستهدف أساليب الحرب النفسية إلى الإقناع بل كل غايتها تحطيم القوى المعنوية والنفسية للخصم وترسيخ مشاعر الهزيمة النفسية في البنية النفسية له (فهمي النجار، ٢٠٠٥).

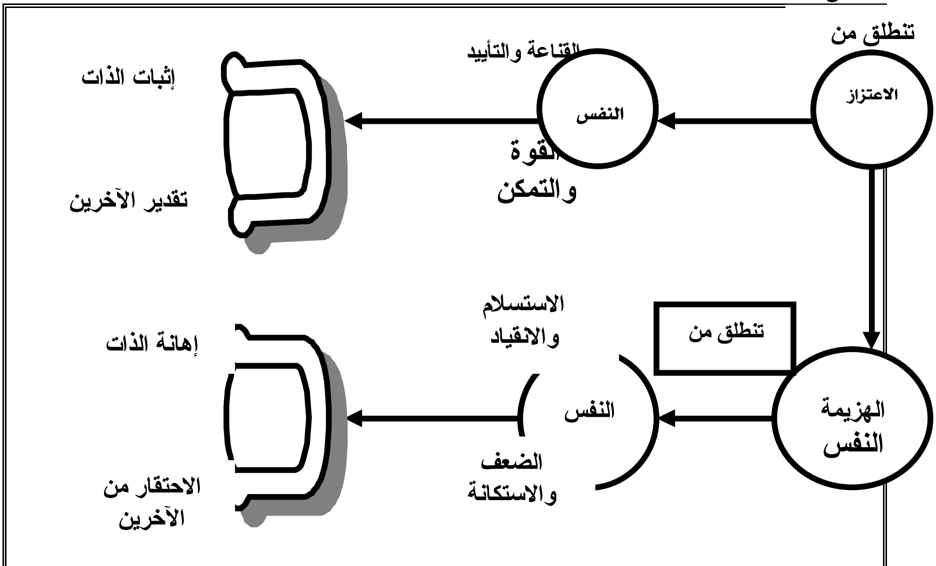
كما يُعالج مصطلح الهزيمة أو الانهزام النفسي في المجال الديني بمعنى استصغار النفس الخيرة، واستذلالها، والاستهانة بها أو إنكسارها أمام ما يمليه عليه أعداؤها من النفس الأمارة بالسوء، ومن شياطين الإنس والجن، ومن الدنيا بشدائدها، وامتحاناتها، ببريقها وزخارفها وزينتها، بصورة تشعرها بأنها ليست أهلاً لعمل أي بر أو معروف، حتى وإن كان هذا البر وذاك المعروف بسيطا أو يسيرًا .(سعيد عبدالعظيم، ٢٠٠٥).

ويوضح جدول (١) : بعض صيغ وأنواع الهزيمة

جدول (١) صيغ الهزيمة

صيغة الهزيمة	التعريف
الهزيمة الثقافية	حالة فكرية تجسد مشاعر تنكر الشخص لميراثه الثقافي وهويته الثقافية واعتقاده في تهافته ولا جدواه، وتسليمه بأن ثقافة الآخر هي الأنموذج المعياري للحياة، وترسخ عقلية الهزيمة التي تعنى الإتكال على الغير في صُنع الحاضر وإستشراف المستقبل بل وفي تحرير الذات (عبد الحكيم شباط، ٢٠١٢).
الهزيمة المعنوية	إنكسار إرادة تطوير الذات والارتقاء بها، مما يشل طاقات وإمكانيات الفرد ويدخله في حالة من الركون والاستسلام والتبعية، ولها مظهران الأول: تعظيم إنجاز الآخر بما يقتضي استحالة اللحاق به أو التفوق عليه، والثاني تحجيم وتقليل إنجاز الذات والتقليل من شأنه بشكل غير منطقي وغير مبرر. (محمد حسن علوان، ٢٠١١، (James,2012).
الهزيمة الروحية	الارتباط التام بالواقع المادي المرئي دونما اعتبار لأي قوة روحية مفارقة، وبالتالي الاستسلام لهذا الواقع وتضمين قوانيه في قياس ما يمكن تسميته المنفق ـ العائد المادي المحسوس (BESHAROV,1993).
الهزيمة الأخلاقية	اندفاع الفرد باتجاه تفعيل ما يعرف بأخلاقيات اللحظة واغتنام الفرص وإعلاء الذات على الآخر كل الآخر، مع الميل الدائم إلى تحقيره وإهانته وكسر خاطره دون وازع أو رقيب أخلاقي، فضلا عن القنوط واليأس من رحمة الله وبالتالي الإيغال في المفاسد وصولا إلى نهاية طريقة الشر. (James,2012)
الهزيمة الاجتماعية	شعور الفرد بأن نسق وشبكة العلاقات الاجتماعية قائمة على القهر والاستبداد، وأن الأسلوب الوحيد للتعايش معه المسايرة والانقياد لمضامينه ومعاييره الحاكمة. والانهزام الاجتماعي عامل موهن لقوة الإنسان، ويفضي في نفس الوقت إلى مجموعة متنوعة من التأثيرات السلوكية السلبية مثل الانسحاب الاجتماعي، فقدان الحيوية الحركية، تدني السلوك الاستكشافي، انخفاض سلوكيات السعي للاستمتاع. (Huhman, 2006).
الهزيمة النفسية	مفهوم متعدد الأبعاد يتضمن مؤشرات سلوكية للهزيمة الثقافية والروحية والمعنوية والاجتماعية، وبؤرته المركزية حالة وجدانية تتجسد في الشعور بالعجز وقلة الحيلة تجاه أحداث ووقائع الحياة المختلفة في الحاضر والمستقبل، وتقترن بالكآبة واليأس والخزي، والافتقاد للفاعلية والحيوية الذاتية، وتتمثل في سلوكيات دالة على الاستسلام والركون وتقبل الواقع الشخصي دونما بذل أي مجهود لتغييره مع تبعية تامة للآخر على مستوى التفكير والانفعال والفعل مع الميل إلى استصغار الذات وإهانتها وتحقيرها واعتبارها شيئًا ماديًا لا حياة فيه".

ويمكن تفهم مضامين مفهوم الهزيمة النفسية بالمعنى المتضمن في الجدول السابق من خلال مقارنته بالمصطلح المناقض وهو الاعتزاز بالذات، ويوضح الشكل.



شكل (١) : المقارنة بين مصطلح الهزيمة النفسية و الاعتزاز بالذات.

فإذا كان الاعتزاز بالذات حالة نفسية يستشعر معها الشخص بقدرته على إدارة حياته الشخصية في ضوء امتلاكه للقدرات والإمكانيات الدافعة له باتجاه تحقيق وإثبات الذات وبالتالي ارتفاع مكانته الاجتماعية، فإن الهزيمة النفسية على الجانب الآخر تمثل حالة نفسية مناقضة يستشعر معها الشخص بعجزه عن إدارة حياته الشخصية مما يدفعه باتجاه الانقياد والاستسلام للآخرين وبالتالي الوقوع في دائرة احتقار وإهانة الذات وبالتالي انخفاض مكانته الاجتماعية بين الآخرين بصفة عامة. ويوضح جدول (٢) المفاهيم ذات العلاقة بمفهوم الهزيمة النفسية.

نخلص الجدول (٢) إلى أن الهزيمة النفسية هي حالة نفسية تجسد شعور المرء بالعجز وقلة الحيلة وانعدامِ الهمة والاستسلام للظروف والتعايش الدائم مع مشاعر الحزن والكآبة، فضلا عن كونها حالة مرضية مزمنة نسبيا تتميز بدرجة مرتفعة من انخفاض في الجهد والطاقة وإحساس بمشاعر العجز واليأس والنقص والحزن، كما تمثل الهزيمة النفسية حالة صدمة نفسية تجعل المبتلى بها يحتقر كل ما لديه وبالتالي تجعله يزهد في كل شيء أو يكره ما لديه من إمكانيات ويتطلع بانكسار للآخر.

ويعرف الباحثان الهزيمة النفسية بأنها " حالة نفسية عامة ذات مضامين معرفية ووجدانية وسلوكية تسيطر على المبتلى بها، تتجسد في الشعور بالعجز وقلة الحيلة تجاه أحداث ووقائع الحياة المختلفة في الحاضر والمستقبل، وتقترن

بمشاعر الكآبة واليأس والخزى، مع افتقاد الشخص للفاعلية والحيوية الذاتية مما يدفعه إلى الاستسلام والركون وتقبل واقعه الشخصي دونما بذل أي مجهود لتغييره وتبعية تامة للآخر على مستوى التفكير والانفعال والفعل والميل إلى استصغار الذات وإهانتها وتحقيرها واعتبارها شيئًا ماديًا لا حياة فيه". ويعبر عنها إجرائيًا بمجموع استجابات عينة الدراسة على مقياس الهزيمة النفسية إعداد وتقنين الباحثان.

جدول (٢) مفاهيم ذات علاقة بمفهوم الهزيمة النفسية: نقاط التقاطع والاختلاف.

الاغتراب النفسي	الشعور بالانفصال عن خبراتنا الداخلية، أو الافتقار إلى الوعي بها، حيث لا يستطيع المغترب أن يدرك من يكون، أو بماذا يشعر فذاته غريبة عنه ولا يشعر بما يحدث في داخله" (نبيل رمزي اسكندر، ١٩٨٨) ، ويمثل هذا التعريف بعد التيشؤ في تعريف مفهوم الهزيمة النفسية.
الوهن النفسي	هو حالة من الشعور الذاتي المستمر بالوهن النفسي العام ، الذي يصحبه أعراض عصبية وجسمية ، ومن أهم خصائصه الوهن النفسي والجسمي وشدة التعب والإعياء والفتور والإنهاك ، وقد يصل إلى درجة الإنهيار ، وهو يكاد يكون حالة من " التعب المزمن " . ويطلق عليه البعض أسم " الإنهيار العصبي " أو " الضعف النفسي " أو " الإعياء النفسي " أو " استجابة الضعف " أو " متلازمة التعب " أو " رد فعل الضعف **Asthenic Reaction** ويتضمن هذا المفهوم أحد أبعاد مفهوم الهزيمة النفسية وهو بعد "الافتقاد للحيوية الذاتية".
الشخصية الهازمة للذات	وهذه الشخصية تظهر قبولاً واضحاً للعنف من قبل الآخرين وتتلذذ به. ويظهر فى بداية الرشد؛ فغالباً ما يتجنب الفرد الخبرات السارة أو يركز على الخبرات والعلاقات التى تمثل معاناة بالنسبة له، ويمنع الآخرين من مساعدته فى التخلص من هذه المشاعر. ويختار الناس والمواقف والعلاقات التى تشعره بخيبة الأمل والفشل وسوء المعاملة؛ ويدخل وينخرط فى أنشطة تتسم بالتضحية المزيفة بالنفس (ناصر الشيخ & صفوت فرج، ٢٠٠٤). ويتضمن هذا المفهوم بعدين أساسيين من أبعاد مفهوم الهزيمة النفسية وهما: إهانة الذات وتحقيرها، واستصغار الذات.
العجز المتعلم	حالة من التبلد السلوكي العام مع الاعتقاد بعدم جدوى أي مجهود أو محاولة للتعلم أو للتغلب على المشكلات حتى المشكلات الحياتية البسيطة، مما يرتب نفوراً من الذات واستهجانًا مكبوتًا لها يولد بذاته انسحابًا تدريجيًا من فعاليات وأنشطة التعلم والعلاقات الاجتماعية، وتتضح مؤشراتها السلوكية في: انخفاض الدافعية العامة ودافعية الإقبال على الحياة، الشعور باللاقوة، الشعور بانعدام الأمل (الفرحاتي محمود، ٢٠٠٥).
الهزيمة النفسية	حالة نفسية عامة ذات مضامين معرفية ووجدانية وسلوكية تسيطر على المبتلى بها، تتجسد في الشعور بالعجز وقلة الحيلة تجاه أحداث ووقائع الحياة المختلفة في الحاضر والمستقبل، وتقترن بالكآبة واليأس والخزي، والافتقاد للفاعلية والحيوية الذاتية، وتتمثل في سلوكيات دالة على الاستسلام والركون وتقبل الواقع الشخصي دونما بذل أي مجهود لتغييره مع تبعية تامة للآخر على مستوى التفكير والانفعال والفعل مع الميل إلى استصغار الذات وإهانتها وتحقيرها واعتبارها شيئًا ماديًا لا حياة فيه".

٢- الذكاء الوجداني *Emotional Intelligence* :

يتبنى الباحثان تعريف (فاروق عثمان ومحمد رزق ،٢٠٠١) للذكاء الوجداني وهو "القدرة علي الانتباه والادراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها وصياغتها بوضوح وتنظيمها وفقا لمراقبة وادراك دقيق لانفعالات الاخرين ومشاعرهم للدخول معهم في علاقات انفعالية اجتماعية ايجابية تساعد الفرد علي الرقي العقلي والانفعالي والمهني وتعلم المزيد من المهارات الايجابية للحياة، ويعبر عنه إجرائيًا بمجموع استجابات عينة الدراسة على مقياس الذكاء الوجداني المستخدم في الدراسة الحالية.

٣- **أسلوب حل المشكلة** Problem Solving Style :

يتبنى الباحثان تعريف (فتحى عبد القادر والسيد أبو هاشم، ٢٠٠١) حيث يعرفان أسلوب حل المشكلة بأنه "عملية معرفية يحاول الأفراد من خلالها اكتشاف استراتيجيات وطرق فعالة للتعامل مع المشكلات اليومية التى يواجهونها فى حياتهم" ويُعبر عنه إجرائيًا بمجموع استجابات عينة الدراسة على مقياس أسلوب حل المشكلة المستخدم في الدراسة الحالية.

٤- **الرضا عن الحياة** Life satisfaction :

يتبنى الباحثان تعريف (نعمات علوان ،٢٠٠٨). الرضا عن الحياة على النحو التالي: "" هو تقدير عام لنوعية حياة الفرد حسب المعايير التالية :السعادة العلاقات الاجتماعية، والطمأنينة، والاستقرار الاجتماعي، والتقدير الاجتماعي."، ويعبر عنه إجرائيًا بمجموع استجابات عينة الدراسة الحالية على المقياس المستخدم.

- **إجراءات الدراسة** :
- **أولاً** : **مجتمع الدراسة** :

تكون مجتمع الدراسة من طلاب الدبلوم العام في التربية، بكلية التربية جامعة جازان، العام الجامعي ١٤٣٣ – ١٤٣٤ هـ (٢٠١٢/ ٢٠١٣ م).

- **ثانيًا** : **عينة الدراسة الأساسية** :

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٢٠١) طالبًا من الطلاب الملتحقين بالدبلوم العام في التربية، بكلية التربية جامعة جازان، بمتوسط عمري (٢٣,٤) سنة، وانحراف معياري (٠,٩) سنة في العام الجامعي ٢٠١٢- ٢٠١٣.

ولاجراء التحليل التمييزي تم اختيار الطلاب ذوي الهزيمة النفسية العالية أعلى (٢٧٪) من درجات الطلاب عينة الدراسة الأساسية في مقياس الهزيمة النفسية، وقد بلغ عددهم (٥٧) طالبًا، أما الطلاب منخفضي الهزيمة النفسية فقد تم اختيار نفس العدد (٥٧) طالبًا من الحاصلين على أدني (٢٧٪) من الدرجات في مقياس الهزيمة النفسية. حيث إنه إذا اختلف حجم العينات وكانت تباينات وتغايرات المتغيرات التابعة غير متساوية فإن التحليل التمييزي لن يعطي نتائج سليمة.

- **ثالثًا** : **أدوات الدراسة** :

١- **مقياس الهزيمة النفسية** :

تم إعداد مقياس الهزيمة النفسية بعد الاطلاع على بعض المقاييس والدراسات المرتبطة مثل دراسة (Masquerade,2012)، ودراسة (Yelsma,2000) ودراسة (Schill,1990)،وكذلك دراسة (Sierra &Berrios,2000)، وقد تكون المقياس في صورته الأولية من (٦٣) بندًا، يتم الاستجابة لها في ضوء مقياس خماسي الاستجابة (يحدث دائمًا، يحدث عادة، يحدث أحيانًا، يحدث نادرًا، لا يحدث أبدًا)، والتي تقابل الدرجات (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على الترتيب.

- **صدق المقياس** :

للتأكد من صدق المقياس تم استخدام طريقة صدق المحكمين حيث تم عرض المقياس على بعض المحكمين من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في علم النفس، لمعرفة مدى انتماء كل بند من البنود إلى المقياس ومدى صحة الصياغة اللغوية لكل بند من بنود المقياس، وقد تم الإبقاء على البنود التي حظيت بنسبة اتفاق (٨٠٪)، وتم إجراء التعديلات اللازمة والأخذ بالملاحظات على البنود التي حظيت بنسبة اتفاق (٦٠٪) فأكثر بهدف رفع نسبة اتفاق المحكمين والإبقاء على هذه البنود، بينما تم حذف البنود التي حظيت بنسبة اتفاق أقل من (٦٠٪) ، وفي ضوء آراء المحكمين ومدى نسبة اتفاقهم على البنود تم حذف بندين من بنود المقياس هما:

- أشعر أنني أفتقد الإحساس بالهوية والتوحد الذاتي.
- أعتقد أنني سألجأ إلى الحيل الدفاعية اللاشعورية لحل مشاكلي .

وبالتالي أصبحت بنود المقياس (٦١) بندًا.

- **ثبات المقياس** :

لحساب ثبات المقياس تم استخدام معادلة ألفا كرونباخ نظرًا لأن الاستجابة على البنود تتطلب الاختيار من مستويات متعددة، وقد تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية عددها (٢٨) طالبًا من طلاب الدبلوم العام في التربية بكلية التربية جامعة جازان، وقد بلغت قيمة معامل الثبات (٠,٨٣) وهذه القيمة دالة عند مستوى (٠,٠١)، مما يؤكد ثبات المقياس.

٢- **مقياس الذكاء الوجداني** : **إعداد** (**فاروق عثمان ومحمد رزق** ، **٢٠٠١**) :

يتكون المقياس من (٥٨) مفردة، موزعة على خمسة أبعاد (إدارة الانفعالات التعاطف، تنظيم الانفعالات، المعرفة الانفعالية، والتواصل الاجتماعي)، ويتم الاستجابة على المفردات بمقياس استجابة خماسي(يحدث دائمًا، يحدث عادة يحدث أحيانًا، يحدث نادرًا، لا يحدث أبدًا) والتي تقابل الدرجات (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على الترتيب.

- **صدق المقياس** :

تم حساب صدق المقياس عن طريق الصدق التلازمي حيث تم تطبيق المقياس ومحك خارجي وهو مقياس الذكاء الوجداني (عبد المنعم الدردير، ٢٠٠٢) على عينة استطلاعية عددها (٢٨) طالبًا من طلاب الدبلوم العام في التربية، كلية التربية جامعة جازان، وقد بلغت قيمة معامل الارتباط بين المقياس والمحك (٠,٧٩)، وهذه القيمة دالة عند مستوى (٠,٠١)، مما يؤكد صدق المقياس وصلاحيته للتطبيق.

- **ثبات المقياس** :

تم استخدام معادلة ألفا كرونباخ لحساب الثبات، حيث تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية عددها (٢٨) طالبًا من طلاب الدبلوم العام في التربية جامعة جازان، وقد بلغت قيمة معامل الثبات (٠,٨٠) وهذه القيمة دالة عند مستوى (٠,٠١)، مما يدل على ثبات المقياس.

٣- مقياس أسلوب حل المشكلة : **إعداد** (**فتحي عبد القادر، والسيد أبو هاشم**،**٢٠٠٧**) :

ويتكون هذا المقياس من (٢٤) عبارة موزعة على ستة عوامل بواقع أربع مفردات لكل عامل على النحو التالي :

- توجه المشكلة وتمثله العبارات (١، ٧، ١٣، ١٩).
- الضبط الشخصي وتمثله العبارات (٢، ٨، ١٤، ٢٠).
- الأسلوب الإبداعي وتمثله العبارات (٣، ٩، ١٥، ٢١).
- الثقة في حل المشكلة وتمثله العبارات (٤، ١٠، ١٦، ٢٢).
- أسلوب الإحجام وتمثله العبارات (٥، ١١، ١٧، ٢٣).
- أسلوب الإقدام وتمثله العبارات (٦، ١٢، ١٨، ٢٤).

وتتم الاستجابة على هذا المقياس بالاختيار من بين بديلين هما (نعم، لا).

- **صدق المقياس** :

تم حساب صدق المقياس عن طريق الصدق التلازمي، حيث تم تطبيق المقياس ومحك خارجي وهو مقياس حل المشكلات (ناصر الدين أبو حماد،٢٠٠٧،٥٤٠٥٤٤) على عينة استطلاعية قوامها (٢٦) طالبًا من طلاب الدبلوم العام في التربية كلية التربية بجامعة جازان، وقد بلغت قيمة معامل الارتباط بين المقياس والمحك (٠,٨١) وهذه القيمة دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يؤكد صدق المقياس ويعزز الثقة في استخدامه.

- **ثبات المقياس** :

نظرًا لأن الاستجابة على عبارات المقياس تتم باختيار أحد البديلين (نعم، لا) فقد تم استخدام معادلة كيودر ريتشاردسون لحساب ثبات المقياس، وذلك بعد تطبيقه على عينة استطلاعية عددها (٢٦) طالبًا من طلاب الدبلوم العام في التربية بكلية التربية جامعة جازان ، وقد بلغت قيمة معامل الثبات (٠,٧٧) وهذه القيمة دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يؤكد ثبات المقياس.

٤- مقياس الرضا عن الحياة : **إعداد** (**نعمات علوان**، **٢٠٠٨**) :

ويتكون المقياس من (٣٠) مفردة موزعة على خمسة أبعاد (مجال السعادة مجال العلاقات الاجتماعية، مجال الطمأنينة، مجال الاستقرار الاجتماعي مجال التقدير الاجتماعي)، يتم الاستجابة على المفردات بمقياس خماسي (موافق بشدة، موافق، لا أدري، غير موافق، غير موافق بشدة)، والتي تقابل الدرجات (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على الترتيب.

- **صدق المقياس** :

تم حساب صدق المقياس عن طريق الصدق التلازمي (إحدى طرق الصدق المرتبط بالمحك)، حيث تم تطبيق المقياس، ومحك خارجي وهو مقياس الرضا عن الحياة (مجدي الدسوقي، ١٩٩٦) ، على عينة استطلاعية عددها (٢٦) طالبًا من طلاب الدبلوم العام في التربية، كلية التربية بجامعة جازان، وقد بلغت قيمة معامل الارتباط بين المقياس والمحك (٠,٨٥) وهذه القيمة دالة عند مستوى (٠,٠١)، مما يؤكد صدق المقياس.

- **ثبات المقياس** :

تم استخدام معادلة ألفا كرونباخ لحساب الثبات، حيث تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٢٦) طالبًا من طلاب الدبلوم العام في التربية بجامعة جازان، وقد بلغت قيمة معامل الثبات (٠,٧٩)، وهذه القيمة دالة عند مستوى (٠,٠١)، مما يؤكد ثبات المقياس.

- **رابعًا** : **الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة** :

- أسلوب التحليل العاملي Factor analysis بالاعتماد على طريقة المكونات الرئيسية Principal Components لهوتلنج، والتدوير المتعامد للمحاور بطريقة Varimax Rotation ؛ لاختبار مدى صحة الفرض الأول للدراسة.
- أسلوب التحليل التمييزي للتحقق من مدى صحة الفرض الثاني للدراسة: بوصفه واحدًا من أهم الطرق متعددة المتغيرات استخدامًا في العمل البحثي إذ يشير (مالك صالح علي و نازك إحسان، ٢٠١١) أن التحليل التمييزي أحد أساليب التحليل متعدد المتغيرات، إذ يتم بموجبه تحليل المتغيرات في النموذج بطريقة مترابطة مع الأخذ في الحسبان العلاقات المتداخلة بين هذه المتغيرات، كما أنه يسعى إلى تكوين نموذج إحصائي يصور العلاقات المتداخلة بين هذه المتغيرات المختلفة، وتعود أهمية أسلوب التحليل التمييزي بصفة أساسية إلى فاعليته في التمييز بين المشاهدات باستخدامه العديد من المتغيرات، وذلك من خلال إيجاد تركيبات خطية Linear Combination لمجموعة من المتغيرات (محمد الشمراني، ٢٠٠٨،٥).

ويعتمد أسلوب التحليل الإحصائي متعدد المتغيرات بأساليبه المختلفة على وصف وتحليل الظواهر التي تشترك فيما بينها بمجموعة من [x1, x2, xp.....]الأبعاد والمتغيرات المتعددة .فإذا كانت المشاهدات والخصائص والصفات بدرجات متفاوتة، فإن التحليل الإحصائي متعدد المتغيرات يتناول دراسة بيانات تلك المشاهدات والتعبير عنها من خلال أكثر المتغيرات تأثيرًا في الظاهرة محل الدراسة (فريد الجاعوني وعدنان غانم ، ٢٠٠٧، ٣١٣- ٣٣٢).

- **نتائج الدراسة ومناقشتها** :

- **أولا** : **نتائج الفرض الأول وتفسيرها** :

ينص الفرض الأول على أنه "لا تتمايز البنية العاملية لمقياس الهزيمة النفسية إلى عدة أبعاد"، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم تطبيق المقياس (٦١) بندًا على عينة من الطلاب عددها (٢٠١) طالبًا، وتمت معالجة البيانات إحصائيًا باستخدام حزمة التحليل الإحصائي SPSS، وباستخدام أسلوب التحليل العاملي Factor analysis بالاعتماد على طريقة المكونات الرئيسية Principal Components لهوتلنج، والتدوير المتعامد للمحاور بطريقة Varimax Rotation؛ والتدوير بطريقة Varimax هو الوضع الافتراضي في برنامج SPSS كما أن استخدام التدوير المائل قد يكون خادعًا جدًا (رجاء أبو علام، ٢٠٠٦،٣٩٣) بالإضافة إلى أن التدوير المتعامد يعبر عن العلاقة الحقيقية بين المتغيرات (فؤاد أبو حطب وآمال صادق، ١٩٩٦، ٦٢٦).

وقد تم التوصل إلى عشرة عوامل من خلال التحليل العاملي وطبقًا لمحك "كايز"، حيث أن الجذر الكامن " > ١" لكل عامل من العوامل العشرة، إلا أنه تم حذف أربعة عوامل على النحو التالي:

- تم حذف العامل السابع وذلك لأن بندين فقط على هذا العامل تشبعا تشبعًا مقبولاً " > ٠,٤" .
- تم حذف العاملين "الثامن والتاسع" لأن بندًا واحدًا فقط تشبع تشبعًا مقبولاً " > ٠,٤ على كل عامل من العاملين.
- تم حذف العامل العاشر وذلك لأن التشبعات على هذا العامل < ٠,٤" والعوامل التي تقل تشبعاتها عن ٠,٤ يتم حذفها، وهذا طبقا لما أوصا به الباحثان Guadagnol & Velicer عام (١٩٨٨) من أنه :

✓ إذا كان عدد تشبعات أربع عناصر أو أكثر ٠,٦ تكون هذه العوامل ثابتة بغض النظر عن حجم العينة. ويمكن القول كذلك أن أي عامل يزيد ثلاثة من تشبعاته عن ٠,٨ يمكن اعتباره عاملا ثابتًا.

✓ إذا كان عدد العوامل التي يبلغ تشبعها ٠,٤ أو أكثر فإنها تكون ثابتة إذا كان حجم العينة ١٥٠ فردًا أو أكثر.

✓ عندما يكون لدينا عوامل تقل تشبعاتها عن ٠,٤ يجب ألا يقل حجم العينة عن ٣٠٠ فردًا حتى يمكن اعتبار هذه العوامل ثابتة ويمكن تفسيرها. (رجاء أبو علام، ٢٠٠٦، ٣٨٩).

ويوضح الجدول (٣) تشبعات البنود على عوامل مقياس الهزيمة النفسية الستة والجذر الكامن ونشبة التباين لكل عامل.

في ضوء نتائج التحليل العاملي الموضحة بجدول (٣) فإنه تم حذف البند (٣٤) وينص على "أشعر أن قدراتي متواضعة مقارنة بقدرات الآخرين"، لأن هذا البند تشبع تشبعًا مقبولا على أكثر من عامل، كما تم حذف البنود (٢٣)،(٣٢)،(٣٦)، (٤٦)، (٥٣)، (٥٦)، (٥٨)، وهذه البنود السبعة كالتالي:

- ٢٣- أشعر أن الأمور تسير دائمًا على غير ما أشتهي.
- ٣٢- أشعر أن الجد والاجتهاد عبث لا طائل من ورائه.
- ٣٦- أشعر أن الآخرين يصفونني بالتهور والاندفاع.
- ٤٦- أعتقد أنه لا يوجد في المستقبل ما يدعو للتفاؤل.
- ٥٣- لا أتوقف عن لوم نفسي ومحاسبتها بشدة.
- ٥٦- أعتقد أن الفشل ملازمًا لي مهما بذلت من جهد.
- ٥٨- أشعر أنه من الأفضل ترك المشاكل وعدم مواجهتها إلى ان تحل نفسها بنفسها.

وقد تم حذف هذه البنود لعدم تشبعها تشبعًا مقبولاً > ٠,٤ على أي عامل من العوامل الستة وبذلك أصبح عدد بنود المقياس بعد حذف (٨) بنود (٥٣) بندًا في صورته النهائية ، موزعة على ستة عوامل تضمنت ٦١٪ من حجم التباين الكلي. ويوضح جدول (٤) تشبعات البنود على العامل الأول.

جدول (٣) : تشبعات البنود على عوامل المقياس بعد التدوير والجذر الكامن ونسبة التباين لكل عامل.

م	البنـــــــــــــــود	العامل الأول	العامل الثانى	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس
١	أشعر أنه لا شيء في الحياة يستحق بذل الجهد	٠,٣٢٨	٠,١٠٩	٠,٢١٤	٠,١١١	٠,٥٧٨	– ٠,٢٠٥
٢	أعتقد أنه من المستحيل أن تحل مشاكلى في الحياة	٠,٢٨٣	٠,٣٩٨	٠,٣٤٣	٠,٥٧٨	٠,٢٩٥	٠,١٣٥
٣	أشعر أنني أستحق توبيخ الآخرين لى	٠,٣٠٠	–٠,١٠٨	٠,٠٧٤	٠,٣٠١	–٠,٠١٩	٠,٥١٧
٤	أشعر أنني مخيب لامال وظنون الآخرين .	٠,٣٦٥	٠,٢٧٧	٠,٣٦٤	٠,١٢٧	٠,٣٨٣	٠,٤٤٦
٥	أعتقد بخطأ في شخصيتي عندما أتعرض للنبذ من الآخرين	٠,٢٥٠	٠,٢٨٦	–٠,١٤٥	٠,٦٩٤	–٠,٢٣٨	٠,٣٣٦
٦	أشعر أنى أعيش خارج جسمى	٠,٣٦٣	–٠,٣٠٤	٠,٥٤٢	٠,٢٢٥	٠,١٥٩	–٠,١٢٦
٧	أشعر أني أقل قيمة من المحيطين بى	٠,٢٤٨	٠,٥٢٢	–٠,١٧٠	٠,٢٨٢	–٠,١٦٠	–٠,٣٦٢
٨	أرغب في توجيه اللوم لذاتى	٠,٧٠٥	–٠,٢٠٥	٠,٣٩٢	–٠,٠٢٠	٠,٢٢١	٠,١٧٩
٩	أعيش كى أتناول الطعام فقط	–٠,١٨٣	٠,٢٧٩	٠,٥٦٣	٠,٢١٢	٠,١٠٤	٠,٢٠٥
١٠	أشعر أن الآخرين يسقطونني دائما من حساباتهم	٠,٣٧٤	٠,٥٣٣	٠,٢٦٩	٠,٣٥٩	–٠,١٢٥	٠,١٢٦
١١	أشعر أنه لا يوجد في الحياة ما يمكن أن يجلب السرور	٠,٢٥٠	٠,٢٩٩	٠,٣٨٩	–٠,١٨٣	٠,٤٢٩	٠,٣٤٥
١٢	أعتقد أن حالتي المزاجية السيئة نتاج عوامل خارج سيطرتى	٠,١٢٦	–٠,١٢٢	٠,٠٧٨	٠,٤٧٨	٠,٠٥٩	–٠,٠٧٢
١٣	أشعر بالذنب عندما يستاء أي شخص منى	٠,٣٤٥	–٠,٣٢٠	–٠,١٤١	–٠,٢٤٣	٠,١٤٩	٠,٦١٦
١٤	أشعر أن الآخرين أكثر مني عقلاً وعلماً وفهماً	٠,٢٩٠	٠,٦٢١	–٠,١٥٥	٠,٣٧٠	–٠,١١٤	٠,٢٥٦
١٥	أشعر أنه لا ماض ولا مستقبل لى	٠,٣٧٤	–٠,٢٤٩	٠,٥٧٥	٠,٠٨٥	–٠,٠٧٤	٠,٣٩٨
١٦	أعتقد أنه لن يأتي اليوم الذي أشعر فيه بالقيمة مهما حققت من نجاح	–٠,٢٧٩	٠,٠٣٢	٠,٢٤٢	٠,٦٣١	٠,١٤٠	–٠,١٨٤
١٧	أشعر أني غير قادر على تطوير ذاتى	٠,٣٢٩	٠,٤٠٣	–٠,١٤٠	٠,٣٤٢	٠,٢٧٩	–٠,٢٦٢
١٨	أشعر أن الحياة غير جديرة بأن تُعاش	٠,٣٦٢	٠,١٤٤	٠,٣١١	٠,٣٦٢	٠,٥٢٧	–٠,٢٧٢
١٩	أرغب في تجنب الآخرين والابتعاد عنهم	٠,٧٠٢	٠,٣٢٦	٠,٣٧٣	٠,٠٢٢	٠,١٤٩	٠,١٤٢
٢٠	أشعر بالعداء تجاه الآخرين لعلمي أنهم أفضل منى	–٠,٢٧٢	٠,٦٦٥	٠,٢٩٧	–٠,٠٨٠	٠,٢٩٥	٠,١٤٦
٢١	أشعر أنني سببا لكل المشكلات التي أعانى منها في حياتي	٠,٣٥٧	–٠,٣١٨	–٠,٢١٥	–٠,٢٠٩	–٠,١٨٧	٠,٦٣٣
٢٢	أشعر بأن الأماكن التي سبق لي التواجد فيها كأني لم أرها قبل ذلك	٠,٢٩٥	٠,٣٢٢	٠,٤٢٧	٠,١٣٧	٠,٢٤٠	–٠,١٢٩
٢٣	أشعر أن الأمورتسير دائمًا على غير ما أشتهى	٠,٢٦٧	–٠٠٧،	٠,٢٩٩	٠,٣٣٩	–٠,١٩٨	٠,٣٦٤
٢٤	أشعر أنى لا استحق الحياة	٠,٣٦٢	–٠,٢٠٣	–٠,٢١٧	٠,٢٣٨	–٠,٢٦٠	٠,٥٨٣
٢٥	أعتقد أنى لن أتقن أى عمل	٠,٢٦٨	–٠,٣٠٣	٠,٣٦٧	٠,٦١١	–٠,١٨٣	٠,٢٧٣
٢٦	أشعر أني غير قادر على التنافس مع الآخرين	٠,٣٦١	٠,٥٦٢	٠,٢٧٢	–٠,٠٣٥	–٠,٢٣٠	–٠,٠٦٠
٢٧	أشعر بعدم الدافعية للحياة	–٠,٢١٦	٠,٢١١	٠,٠١٨	٠,٠٧٥	٠,٥٩٢	٠,٣٢٠
٢٨	أشعر بالاشمئزاز من نفسى	٠,٦٧٣	٠,٣٧٧	٠,١١٢	–٠,١٩٩	–٠,٢٤٢	٠,٢٠٨
٢٩	أشعر أن كل زملائى أفضل منى	٠,٣١٤	٠,٤١٤	٠,٣٢٦	–٠,٣٠٩	٠,١٥٥	–٠,٣٢٦
٣٠	أشعر بأني على وشك الانهيار النفسى	٠,٥٩٩	–٠,٠٨١	–٠,٣٧٦	–٠,٠٠٢٨	٠,٣١٩	–٠,١٩٦
٣١	أعتقد أنى غير قادر على التخطيط	٠,٣٨٩	٠,١١٥	–٠,١٧٧	٠,٦٧٧	٠,٣٦٩	٠,٣٧٩

	لمستقبلي							
٣٢	أشعر أن الجد والاجتهاد عبث لا طائل من ورائه.	٠,٣٧٠	٠,٢١٧	-٠,٠٤٤	٠,٢٥٣	٠,١٩٥	٠,٠٧٧
٣٣	أشعر أن طموحاتي في الحياة أعلى بكثير من قدراتي	-٠,١٩٧	٠,٧٦٠	-٠,٢٧٦	-٠,٣٥٨	-٠,٢٤١	٠,٢٨٥
٣٤	أشعر أن قدراتي متواضعة مقارنة بقدرات الاخرين.	٠,٥٧٧	٠,٥٦١	٠,٤٠٣	٠,٠٢٨	٠,٣٧٠	٠,٢١٨
٣٥	أشعر بأن ما أراه صوراً جامدة لا حياة فيها.	-٠,٢١١	٠,٢٣٧	٠,٦٩٨	٠,٣٨٣	٠,١٣٣	٠,١٢٢
٣٦	أشعر أن الآخرين يصفونني بالاندفاع والتهور.	٠,٣٦١	٠,١١٤	٠,٢٨٦	٠,١٠١	-٠,٢٢٤	-٠,٢٣١
٣٧	أشعر بعدم إنسانيتي	٠,٢٩٤	٠,٢٣٦	٠,٥٦٢	-٠,٢٥٤	٠,٣٤٩	-٠,٢٩٨
٣٨	أشعر أني أعيش يوم بيوم، ولا أتطلع لليوم التالي	٠,٣٥١	٠,٣٩٣	٠,١٩١	٠,٠٨٣	٠,٦٦٠	٠,١٣٢
٣٩	أشعر أن حياتي تافهة ولا يوجد بها ما هو جدير بالتقدير.	٠,٣٢٣	٠,٤٦٥	-٠,٣٠٦	٠,١٤٠	٠,٣٣٤	٠,١٦٣
٤٠	أشعر بالإعياء عند بذل أي جهد	٠,٢٤٦	-٠,٢١٤	٠,١٦٥	-٠,٣٥٤	٠,٤٠٤	-٠,١٥٤
٤١	أشعر بالنفور من ذاتي	٠,٣٦٩	٠,٣٧٥	-٠,٢٧٣	-٠,١٨٤	-٠,٣٥٨	٠,٤٤٩
٤٢	أشعر أني سيء الطباع	٠,٥٧٠	٠,٠٠٨	٠,٢٦٢	-٠,١٦٠	-٠,٣٢٨	-٠,٣٢٣
٤٣	أشعر أنه لا يوجد ما يدفع الآخرين للتعامل معي	٠,٣٦٣	٠,٢٩٨	٠,٢٤٧	٠,٢٧٠	-٠,١٣٤	٠,٤٥٧
٤٤	أشعر أن كل ما حولي يدعوني للسخط والاستياء من ذاتي.	-٠,٢٩٢	٠,٦٦٢	٠,١٧٥	-٠,٢٠٤	-٠,٢٣٥	٠,١٢٠
٤٥	أشعر أني تافه	٠,٦٥٦	٠,١٦٥	٠,٢٠٣	٠,٠٩٧	٠,٠٤٨	-٠,١٠٦
٤٦	أعتقد أنه لا يوجد في المستقبل ما يدعو للتفاؤل	٠,٣٦٢	-٠,٠٨٦	٠,١٢٠	٠,٣١٥	٠,١٤١	٠,٠٨٩
٤٧	أشعر بحاجتي الدائمة إلى مساعدة الآخرين لي.	٠,٢٦٦	٠,٤٣٩	٠,١٢٦	-٠,٠١١	٠,٠٨٧	٠,٠٥٠
٤٨	ألمس نفسي باستمرار للتأكد من أن جسمي موجود	٠,٢٨٣	-٠,٢١٢	٠,٧٣٤	-٠,٢١٧	-٠,٣٤٦	٠,٣١٠
٤٩	لن تتغير الأمور في المستقبل، مهما بذلت من جهد	٠,٣٩٠	٠,١٠٣	٠,٢٣٧	٠,٥٩٢	-٠,٢٠٤	٠,١٨٢
٥٠	أشعر بالرغبة في عدم إكمال أي عمل أقوم به	٠,٢٣٤	٠,٢٥٧	-١٥٥،	-٠,٠٠٤	٠,٦٠٢	٠,٠٦٨
٥١	أشعر بجمود مشاعري وانفعالاتي.	٠,٣٥٧	-٠,٢٠٨	٠,٧٣٢	٠,١٧٣	٠,٢٧٧	-٠,٢١٩
٥٢	تتوقف قيمتي على آراء الآخرين في	٠,١٥٧	-٠,١٥٦	٠,٠٩١	٠,٤١٠	-٠,١٠٨	٠,٠٧٩
٥٣	لا أتوقف عن لوم نفسي ومحاسبتها بشدة.	٠,٢٨٤	-٠,١١٢	-٠,٢٠٣	-٠,٠٣٦	-٠,٠٧٥	-٠,١٤٦
٥٤	أشعر بالضعف عند مواجهة أي مصاعب في الحياة	٠,٢٨٦	-٠,١٢٤	-٠,١٧٥	٠,٣٠٢	٠,٥٠٦	٠,١٩٦
٥٥	أشعر بعدم الرضا عن نفسي	٠,٤٥٩	-٠,١٨١	-٠,٢٢١	٠,٢٣٥	٠,١٧٣	-٠,٢٩٠
٥٦	أعتقد أن الفشل ملازم لي دائما مهما بذلت من جهد.	٠,٣٠٧	٠,٣٧٣	٠,١٣٨	-٠,٠٣٤	٠,٠٢١	٠,٠٠١
٥٧	أشعر أنني ارتكبت أخطاء كثيرة بسبب حماقتي وسوء تقديري للأمور	٠,٢٩٥	-٠,٢١٤	٠,١٠٠	٠,٠٨٨	٠,١٤٢	٠,٤٢٣
٥٨	أشعر أنه من الأفضل ترك المشاكل وعدم مواجهتها إلى أن تحل نفسها بنفسها.	٠,٣٨١	٠,١٩٧	٠,٢١٠	-٠,٢٨٧	-٠,٠٨٠	٠,٠٨٣
٥٩	أشعر باحتقار الآخرين لي	٠,٦٨٢	-٠,٢٠٧	٠,٢٨٧	٠,٢٣١	-٠,١٥٠	٠,٠٢٦
٦٠	أشعر في أعماقي أنني قبيح وسيء.	٠,٣٦٧	٠,٥٢٧	٠,١٤٢	-٠,١٧٣	-٠,١٩٢	٠,٠٦٤
٦١	أشعر بالاستياء من ذاتي عنداكتشاف أخطائي	٠,٧٥٦	-٠,٣١٦	٠,٣٣٠	٠,٢٩٤	-٠,٢٤٦	-٠,٠٢٣
	الجذر الكامن	٩,١٥	٦,٨١	٦,٦١١	٥,٤٢	٤,٩٤	٤,٦٥
	نسبة التباين	١٥	١١	١٠	٩	٨	٨

جدول (٤) : قيم تشبعات البنود على العامل الأول

رقم البند	البنود	التشبع
٨	أرغب في توجيه اللوم لذاتي	٠,٧٠٥
١٩	أرغب في تجنب الآخرين والابتعاد عنهم	٠,٧٠٢
٢٨	أشعر بالاشمئزاز من نفسي	٠,٦٧٣
٣٠	أشعر أني على وشك الانهيار النفسي	٠,٥٩٩
٤٢	أشعر أني سيء الطباع	٠,٥٧٠
٤٥	أشعر أني تافه	٠,٦٥٦
٥٥	أشعر بعدم الرضا عن نفسي	٠,٤٥٩
٥٩	أشعر باحتقار الآخرين لي	٠,٦٨٢
٦١	أشعر بالاستياء من ذاتي عند اكتشاف أخطائي	٠,٧٥٦

جدول (٥) : قيم تشبعات البنود على العامل الثاني

رقم البند	البنود	التشبع
٧	أشعر أنى أقل قيمة من المحيطين بى.	٠,٥٢٢
١٠	أشعر أن الآخرين يسقطوننى دائمًا من حساباتهم.	٠,٥٣٣
١٤	أشعر أن الآخرين أكثر منى عقلا وعلمًا وفهمًا.	٠,٦٢١
١٧	أشعر أنى غير قادر على تطوير ذاتى.	٠,٤٠٣
٢٠	أشعر بالعداء تجاه الآخرين لعلمى أنهم أفضل منى.	٠,٦٦٥
٢٦	أشعر أنى غير قادر على التنافس مع الآخرين.	٠,٥٦٢
٢٩	أشعر أن كل زملائى أفضل منى.	٠,٤١٤
٣٣	أشعر أن طموحاتى في الحياة أعلى بكثير من قدراتى	٠,٧٦٠
٣٩	أشعر أن حياتى تافهة ولا يوجد بها ما هو جدير بالتقدير	٠,٤٦٥
٤٤	أشعر أن كل ما حولى يدفعنى للسخط والاستياء من ذاتى	٠,٦٦٢
٤٧	أشعر بحاجتى الدائمة إلى مساعدة الآخرين لى	٠,٤٣٩
٦٠	أشعر في أعماقى أنى قبيح وسيء	٠,٥٢٧

جدول (٦) : قيم تشبعات البنود على العامل الثالث.

رقم البند	البنود	التشبع
٦	أشعر أنى أعيش خارج جسمى.	٠,٥٤٢
٩	أعيش كى أتناول الطعام فقط.	٠,٥٦٣
١٥	أشعر أنه لا ماض ولا مستقبل لى.	٠,٥٧٥
٢٢	أشعر أن الأماكن التى سبق لى التواجد فيها كأنى لم أرها من قبل.	٠,٤٢٧
٣٥	أشعر بأن ما أراه صورًا لا حياة فيها.	٠,٦٩٨
٣٧	أشعر بعدم إنسانيتى.	٠,٥٦٢
٤٨	ألمس جسمى باستمرار للتأكد من أن جسمى موجود.	٠,٧٣٤
٥١	أشعر بجمود مشاعري وانفعالاتى.	٠,٧٣٢

جدول (٧) : قيم تشبعات البنود على العامل الرابع

رقم البند	البنود	التشبع
٢	أعتقد أنه من المستحيل أن تحل مشاكلي في الحياة.	٠,٥٧٨
٥	أعتقد بخطأ في شخصيتي عندما أتعرض للنبذ من الآخرين.	٠,٦٩٤
١٢	أعتقد أن حالتي المزاجية السيئة نتاج عوامل خارج سيطرتي.	٠,٤٧٨
١٦	أعتقد أنه لن يأتي اليوم الذي أشعر فيه بالقيمة مهما حققت من نجاح.	٠,٦٣١
٢٥	أعتقد أني لن أتقن أي عمل.	٠,٦١١
٣١	أعتقد أني غير قادر على التخطيط لمستقبلي.	٠,٦٧٧
٤٩	لن تتغير الأمور في المستقبل مهما بذلت من جهد.	٠,٥٩٢
٥٢	تتوقف قيمتي على آراء الآخرين فيّ.	٠,٤١٠

جدول (٨) : تشبعات البنود على العامل الخامس.

رقم البند	البنود	التشبع
١	أشعر أنه لا شيء في الحياة يستحق بذل الجهد.	٠,٥٧٨
١١	أشعر أنه لا يوجد في الحياة ما يمكن أن يجلب السرور.	٠,٤٢٩
١٨	أشعر أن الحياة غير جديرة بأن تُعاش.	٠,٥٢٧
٢٧	أشعر بعدم الدافعية للحياة.	٠,٥٩٢
٣٨	أشعر أنى أعيش يوم بيوم، ولا أتطلع لليوم التالى.	٠,٦٦٠
٤٠	أشعر بالإعياء عند بذل أى جهد.	٠,٤٠٤
٥٠	أشعر بالرغبة في عدم إكمال أى عمل أقوم به.	٠,٦٠٢
٥٤	أشعر بالضعف عند مواجهة أى مصاعب في الحياة.	٠,٥٠٦

جدول (٩) : قيم تشبعات البنود على العامل السادس.

رقم البند	البنود	التشبع
٣	أشعر أننى أستحق توبيخ الآخرين.	٠,٥١٧
٤	أشعر أننى مخيب لآمال وظنون الآخرين.	٠,٤٤٦
١٣	أشعر بالذنب عندما يستاء أى شخص منى.	٠,٦١٦
٢١	أشعر أننى سببًا لكل المشكلات التى أعانى منها في حياتى.	٠,٦٣٣
٢٤	أشعر أننى لا أستحق الحياة.	٠,٥٨٣
٤١	أشعر بالنفور من ذاتى.	٠,٤٤٩
٤٣	أشعر أنه لا يوجد ما يدفع الآخرين للتعامل معى.	٠,٤٥٧
٥٧	أشعر أننى ارتكبت أخطاءً كثيرة بسبب حماقتى وسوء تقديرى للأمور.	٠,٤٢٣

من خلال فحص البنود المتشبعة على العوامل الستة بالجداول (٤)،(٥)،(٦)،(٧)، (٨)، (٩)، يمكن تسمية هذه العوامل على النحو التالي:

- العامل الأول: الشعور بالخزي، ويُعْرَفُ بأنه " انفعال يتملك صاحبه ويدفعه للشعور بالازدراء والاشمئزاز وعدم القبول من قبل الآخرين، كما يشعر الفرد بالذل والحرج واحمرار الوجه وبأنه طفلى وأنه مراقب من قبل الآخرين كما يدفعه للشعور بالدونية أو النقص غير المريح والحقارة وعدم الفائدة والرغبة في الاختفاء عن الآخرين والتصرف مع الناس وكأن لسان حاله يقول لا أريد أن يراني أحد".
- العامل الثاني : استصغار الذات ، ويُعْرَفُ بأنه "شعور الشخص بانعدام قيمة وقلة قدراته وإمكانياته مقارنة بالآخرين، مع الميل إلى التقليل من شأن الذات واستضاعفها".
- العامل الثالث: التشيؤ ، ويُعْرَفُ بأنه، "حالة نفسية يفقد معها الشخص شعوره بهويته الشخصية وواقعه الذاتي، ويتعامل مع ذاته كشيء مادي لا حياة فيه، فضلاً عن ميله لتجريد الكائنات الحية من صفة الحياة".
- العامل الرابع: المدْرَكاتُ المعرفية ، ويُعْرَفُ بأنه " مجموعة الأفكار والاعتقادات المعرفية التي تدفع الشخص للشعور بسيطرة جوانب الضعف والقصور عليه مع عجزه عن مقاومة أو مواجهة أحداث الحياة ووقائعها، فضلا عن تلون حياته الانفعالية باليأس والتشاؤم."
- العامل الخامس : الافتقاد للحيوية الذاتية، وتُعْرَفُ بأنها "الشعور الإيجابي بالحياة والطاقة التي تعرب عن نفسها في صيغة التحمس والامتلاء بالحياة والإحساس بالقوة، ويعتقد بأنها تجسيد لمشاعر الكفاءة والانتعاش وكون المرء فعالا ومنتجًا ونشيطا في العالم"، وتعتبر الحيوية الذاتية أحد مكونات التنعم أو الهناء العام والشخصي (Ryan&Deci,2001; Ryan & Frederick 1997,) . ويمثل كون المرء حيويًا ونشيطا جزءًا مما يمكن أن يطلق عليه الأداء الوظيفي النفسي الكامل والتنعم النفسي أو حسن الحال، وبالتالي

فالافتقاد إلى الحيوية الذاتية يرتب شعورًا بالبلادة النفسية والسلوكية العامة والنفور من الحياة وعدم الترحيب بها.

- العامل السادس : جلد الذات، ويُعْرَفُ بأنه " نظرة الشخص إلى أخطائه وكأنها لا تغتفر، مع توهم أن المحيطين به يعلمونها جيدًا فتؤدي الى تحقير الذات والتقليل من شأنها ، والاشمئزاز منها وأحيانا الى الإحباط التام والكآبة، فضلا عن الاعتقاد بأن هذه الأخطاء نتيجة ضعف في الشخصية وقصور في التكوين النفسي العام مقارنة بالآخرين، كما يتبدى في الكلام السلبي للذات".

ومن خلال ما سبق تكون الصورة النهائية لمقياس الهزيمة النفسية على النحو التالي :

جدول (١٠) : الصورة النهائية لمقياس الهزيمة النفسية.

رقم البند	البنود	يحدث دائمًا	يحدث عادة	يحدث أح	يحا ناد	لا يحدث أبدًا
	البعد الأول: الشعور بالخزى:					
٨	أرغب في توجيه اللوم لذاتي					
١٩	أرغب في تجنب الآخرين والابتعاد عنهم					
٢٨	أشعر بالاشمئزاز من نفسى					
٣٠	أشعر أني على وشك الانهيار النفسى					
٤٢	أشعر أنى سيء الطباع					
٤٥	أشعر أنى تافه					
٥٥	أشعر بعدم الرضا عن نفسى					
٥٩	أشعر باحتقار الآخرين لى					
٦١	أشعر بالاستياء من ذاتى عند اكتشاف أخطائى					
	البعد الثاني: استصغار الذات .					
٧	أشعر أنى أقل قيمة من المحيطين بى.					
١٠	أشعر أن الآخرين يسقطوننى دائمًا من حساباتهم.					
١٤	أشعر أن الآخرين أكثر منى عقلا وعلمًا وفهمًا.					
١٧	أشعر أنى غير قادر على تطوير ذاتى.					
٢٠	أشعر بالعداء تجاه الآخرين لعلمي أنهم أفضل مني.					
٢٦	أشعر أني غير قادر على التنافس مع الآخرين.					
٢٩	أشعر أن كل زملائى أفضل منى.					
٣٣	أشعر أن طموحاتي في الحياة أعلى بكثير من قدراتي					
٣٩	أشعر أن حياتى تافهة ولا يوجد بها ما هو جدير بالتقدير					
٤٤	أشعر أن كل ما حولي يدفعني للسخط والاستياء من ذاتي					
٤٧	أشعر بحاجتي الدائمة إلى مساعدة الآخرين لى					
٦٠	أشعر في أعماقي أنى قبيح وسيء					
	البعد الثالث: التشيؤ.					
٦	أشعر أنى أعيش خارج جسمي.					
٩	أعيش كي أتناول الطعام فقط.					
١٥	أشعر أنه لا ماض ولا مستقبل لى.					
٢٢	أشعر أن الأماكن التي سبق لي التواجد فيها كأني لم أرها من قبل.					
٣٥	أشعر بأن ما أراه صورًا لا حياة فيها.					
٣٧	أشعر بعدم إنسانيتي.					
٤٨	ألمس جسمى باستمرار للتأكد من أن جسمى موجود.					
٥١	أشعر بجمود مشاعري وانفعالاتى.					
	البعد الرابع: المدرَكاتُ المعرفية.					
٢	أعتقد أنه من المستحيل أن تحل مشاكلي في الحياة.					
٥	أعتقد بخطأ في شخصيتي عندما أتعرض للنبذ من الآخرين.					
١٢	أعتقد أن حالتي المزاجية السيئة نتاج عوامل خارج سيطرتي.					

١٦	أعتقد أنه لن يأتي اليوم الذي أشعر فيه بالقيمة مهما حققت من نجاح.					
٢٥	أعتقد أنى لن أتقن أى عمل.					
٣١	أعتقد أنى غير قادر على التخطيط لمستقبلي.					
٤٩	لن تتغير الأمور في المستقبل مهما بذلت من جهد.					
٥٢	تتوقف قيمتى على آراء الآخرين في.					
البعد الخامس: الافتقاد إلى الحيوية الذاتية.						
١	أشعر أنه لا شيء في الحياة يستحق بذل الجهد.					
١١	أشعر أنه لا يوجد في الحياة ما يمكن أن يجلب السرور.					
١٨	أشعر أن الحياة غير جديرة بأن تُعاش.					
٢٧	أشعر بعدم الدافعية للحياة.					
٣٨	أشعر أنى أعيش يوم بيوم، ولا أتطلع لليوم التالى.					
٤٠	أشعر بالإعياء عند بذل أى جهد.					
٥٠	أشعر بالرغبة في عدم إكمال أى عمل أقوم به.					
٥٤	أشعر بالضعف عند مواجهة أى مصاعب في الحياة.					
البعد السادس: جلد الذات.						
٣	أشعر أننى أستحق توبيخ الآخرين.					
٤	أشعر أننى مخيب لآمال وظنون الآخرين.					
١٣	أشعر بالذنب عندما يستاء أي شخص مني.					
٢١	أشعر أننى سببًا لكل المشكلات التى أعانى منها في حياتى.					
٢٤	أشعر أننى لا أستحق الحياة.					
٤١	أشعر بالنفور من ذاتى.					
٤٣	أشعر أنه لا يوجد ما يدفع الآخرين للتعامل معى.					
٥٧	أشعر أنني ارتكبت أخطاءً كثيرة بسبب حماقتي وسوء تقديري للأمور.					

وبذلك تم التحقق من عدم صحة الفرض الأول، حيث تمايزت البنية العاملية لمقياس الهزيمة النفسية إلى ستة أبعاد تم تسميتها من خلال فحص البنود المتشبعة على كل عامل وفي إطار التراث السيكولوجي.

- **نتائج الفرض الثاني وتفسيرها** :

ينص الفرض الثاني على أنه "لا توجد علاقة بين فاعلية الهزيمة النفسية وبعض المتغيرات المعرفية (الذكاء الوجداني وحل المشكلات)، وغير المعرفية (الرضا عن الحياة).

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام "التحليل التمييزي Discriminant Analysis للهزيمة النفسية في ضوء تقييم فاعليتها في التمييز بين ذوي المستويات المرتفعة من الهزيمة النفسية وذوي المستويات المنخفضة منها وذلك بعد الحصول على قيمة (ف) دالة في اختبار تحليل التباين المتعدد MANOVA ويجب أن يكون لكل حالة في التحليل التمييزي درجة أو درجات على متغير كمي أو أكثر وقيمة في متغير تصنيفي يحدد عضوية الجماعة (رجاء أبو علام، ٢٠٠٦، ٢٤٧)، ويوضح جدول (١١) الإحصاءات الأولية للتحليل التمييزي.

يتضح من جدول (١١) المتوسطات والانحرافات المعيارية للمنبئات (المتغيرات موضوع الدراسة) داخل المجموعتين، كما يتضح أيضًا من خلال تحليل التباين المتعدد والذي تم استخدامه لتقويم الفروق بين متوسطات المتغيرات (الذكاء الوجداني وحل المشكلات والرضا عن الحياة) بطريقة "Wilks' Lambda" وهي الطريقة الأكثر استخدامًا لتحليل التباين المتعدد.

جدول (١١) : الإحصاءات الأولية للتحليل التمييزي.

المجموعة	المتغيرات	المتوسط	الانحراف المعياري	العدد	المتغيرات	اختبار Wilks' Lambda	ف	درجات الحرية (١)	درجات الحرية (٢)	الدلالة
الأولى	الذكاء الوجداني	٢٠٨,٢١	٦٩,٥٩	٥٧	الذكاء الوجداني	٠,٦٢٥	٦٧ .٣٠	١	١١٢	٠,٠١
	حل المشكلات	٣٧,٧٧	٧,٠٣	٥٧	حل المشكلات	٠,٨٤٦	٢٠, ٤٦	١	١١٢	٠,٠١
	الرضا عن الحياة	١١٢,٧٧	٢٨,٥٠	٥٧	الرضا عن الحياة	٠,٦٩٤	٤٩, ٢٨	١	١١٢	٠,٠١
الثانية	الذكاء الوجداني	١١٣,٥٨	٥٢,٣٥	٥٧						
	حل المشكلات	٣٢,٢٣	٦,٠٢	٥٧						
	الرضا عن الحياة	٧٠,٨٢	٣٤,٩٧	٥٧						
الكل	الذكاء الوجداني	١٦٠,٨٩	٧٧,٥٧	١١٤						
	حل المشكلات	٣٥,٠٠	٧,٠٨	١١٤						
	الرضا عن الحياة	٩١,٨٠	٣٨,١١	١١٤						

ويتضح من خلال النتائج المتضمنة في جدول (١١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الذكاء الوجداني وحل المشكلات والرضا عن الحياة في المجموعتن، كما يوضح جدول (١٢) نتائج اختبار تساوي التغاير للمجموعتين حيث أنه إذا كانت تباينات وتغايرات المتغيرات التابعة غير متساوية فإن التحليل التمييزي لن يعطي نتائج سليمة، ويتم اختبار مسلم تجانس التباينات والتغايرات باستخدام Box's M .

جدول (١٢) : نتائج اختبار تساوي التغاير للمجموعتين.

المتغيرات	Box's M	ف	درجات الحرية١	درجات الحرية٢	الدلالة
القيم	١٠,٠٧	١,٦٣	٦	٩٠٨٨٠	غير دالة (٠,١٣٤)

يتضح من الجدول (١٢) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مصفوفة التغاير حيث أن قيمة (ف)= ١,٦٣وهي غير دالة في اختبار Box's M .

ويوضح جدول (١٣) اختبارات الدلالة وقوة العلاقة للتحليل التمييزي، حيث أنه من خلال اختبار Wilk's Lambda وكا٢ يتم تحديد ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في المتغيرات (الذكاء الوجداني، حل المشكلة، والرضا عن الحياة) بعد استبعاد أي أثر لدوال التمييز السابقة.

جدول (١٣) : اختبارات الدلالة وقوة العلاقة للتحليل التمييزي.

Wilk's Lambda	كا٢	درجات الحرية	الدلالة
٠,٣٥٤	١١٤,٧٨	٣	٠,٠١

حيث يتضح من جدول (١٣) أن قيمة اختبار Wilk's Lambda تساوي ٠,٣٥٤ وقيمة كا٢ تساوي ١١٤,٧٨ وهناك دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ . وهذا يوضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في المتغيرات الثلاثة (الذكاء الوجداني وحل المشكلة والرضا عن الحياة).

وتشير الجذور الكامنة المرتبطة بدوال التمييز على قدرة الدوال على التمييز بين المجموعات، وكلما زادت قيمة الجذر الكامن كلما كان التمييز بين المجموعات أفضل. ويوضح جدول (١٤) قيمة الجذر الكامن والارتباط القانوني ومربع إيتا $\eta2$.

جدول (١٤) : قيمة الجذر الكامن والارتباط القانوني ومربع إيتا $\eta2$

الجذر الكامن	الارتباط القانوني	مربع إيتا $\eta2$
١,٨٣	٠,٨٠	٠,٦٤

يتضح من جدول (١٤) أن دالة التمييز للجذر الكامن ١,٨٣ كما أن الارتباط القانوني ٠,٨٠ وقيمة مربع إيتا ٠,٦٤ وبالتالي فإن ٦٤٪ من تباين الدرجات يرجع إلى الفروق بين المجموعتين، ويستخدم التحليل التمييزي تجمعًا من المتغيرات الكمية المنبئة يطلق عليها دوال التمييز، ويوضح جدول (١٥) معاملات دوال التمييز.

جدول (١٥) : معاملات دوال التمييز.

المتغير	الدالة المعيارية (المعاملات المعيارية)	مصفوفة بنية الدالة (معاملات الارتباط)
الذكاء الوجداني	٠,٨٩	٠,٥٧
حل المشكلات	٠,٢٨	٠,٣٢
الرضا عن الحياة	٠,٨٢	٠,٤٩

ويتضح من جدول (١٥) أن لمتغير الذكاء الوجداني أكبر قيمة "تمييزية"، إذ بلغت ٠,٨٩ في الدالة المعيارية و ٠,٥٧ في مصفوفة بنية الدالة، وبالتالي يمكن أن نطلق على دالة التمييز في الدراسة الحالية دالة الذكاء الوجداني.

ومن خلال دوال تمركز المجموعة، يتبين أن المجموعتين تقعان موقعًا معاكسًا من بعضهما البعض كما هو موضح بجدول (١٦) .

جدول (١٦) : دوال تمركز المجموعة.

المجموعة	متوسط قيم دوال التمييز
الأولى (هزيمة نفسية متدنية)	١,٣٤
الثانية (هزيمة نفسية مرتفعة)	-١,٣٤

يتضح من خلال النتائج المبينة بجدول (١٦) أن المجموعة الأولى (هزيمة نفسية متدنية" هي الأعلى فاعلية، ومن خلال نتائج التصنيف والذي يُحدد مدى جودة دالة التمييز نجد أن الحالات المصنفة تصنيفا صحيحًا كالتالي:

- المجموعة الأولى (ذات الفاعلية الأعلى أي الأفراد ذوي الهزيمة النفسية المتدنية) نجد أن ٥٢ طالبًا (٩١,٢٪) قد صنفوا تصنيفا صحيحًا.
- المجموعة الثانية (ذات الفاعلية الأدنى أي الأفراد ذوي الهزيمة النفسية المرتفعة) نجد أن (٥١) طالبًا، أي ٨٩,٥٪ قد صنفوا تصنيفا صحيحًا.

وكذلك بلغت قيمة كابا Kappa (٠,٨١) وهذا يدل على تنبؤ معتدل الدقة وبالتالي فقد تم التوصل إلي عدم صحة الفرض الثاني حيث أنه من خلال نتائج التحليل التمييزي توجد علاقة بين فاعلية الهزيمة النفسية والمتغيرات موضوع

الدراسة (الذكاء الوجداني وحل المشكلات والرضا عن الحياة)؛ حيث أن الأفراد الذين لديهم هزيمة نفسية متدنية لديهم ارتفاع في الذكاء الوجداني والقدرة على حل المشكلات والرضا عن الحياة، بينما الأفراد الذين لديهم ارتفاع في الهزيمة النفسية لديهم انخفاض الذكاء الوجداني والقدرة على حل المشكلات والرضا عن الحياة. فالذكاء الوجداني المرتفع لذوي الهزيمة النفسية المتدنية وفي ضوء المقياس المستخدم في الدراسة الحالية يتمثل في:

- إدارة الانفعالات : القدرة على التحكم في الانفعالات السلبية والسيطرة عليها واستدعاء الانفعالات الإيجابية بسهولة وكسب الوقت للتحكم في الانفعالات السلبية، وتحويلها إلى انفعالات إيجابية وهزيمة القلق والاكتئاب وممارسة مهارات الحياة بفاعلية.
- التعاطف : القدرة على إدراك انفعالات الآخرين والتوحد معهم انفعاليًا وفهم مشاعرهم وانفعالاتهم والحساسية لاحتياجاتهم حتى وإن لم يفصحوا عنها والتناغم معهم والتواصل معهم دون أن يكون السلوك محملاً بالانفعالات الشخصية.
- تنظيم الانفعالات: القدرة على تنظيم الانفعالات والمشاعر وتوجيهها إلى تحقيق الإنجاز والتفوق، واستعمال المشاعر والانفعالات في صنع أفضل القرارات حتى وإن كانت تحت ضغط انفعالي من الآخرين، وفهم كيف يتفاعل الآخرون بالانفعالات المختلفة، وكيف تتحول الانفعالات من مرحلة إلى أخرى.
- المعرفة الانفعالية: القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وحسن التمييز بينها والتعبير عنها، والوعي بالعلاقة بين الأفكار والمشاعر والأحداث.
- التواصل الاجتماعي: القدرة على التأثير الإيجابي في الآخرين، وذلك من خلال إدراك وفهم انفعالاتهم ومشاعرهم ومعرفة متى تقود ومتى تتبع الآخرين وتساندهم والتصرف معهم بطريقة لائقة حتى أنه لا يظهر عليه آثار الانفعال السلبي كالغضب والضيق.

ويتميز الأفراد ذوو الهزيمة النفسية المتدنية (المجموعة الأعلى فاعلية) بقدرتهم على حل المشكلات وذلك في ضوء المقياس المستخدم في الدراسة الحالية والذي يتمثل في النقاط التالية:

- الطريقة العلمية في التفكير والتي تشمل الاستدلال المنطقي والتفكير الناقد والقدرة على الإبداع والقدرة على التحليل والتنسيق الجيد لأجزاء الذاكرة.
- القدرة على التوليف بين العناصر (التركيب).
- الدقة في تحديد المشكلة والحرص على فهمها بصورة صحيحة وتامة.
- التأمل والتروي والثقة بالنفس.
- المثابرة والاتجاه الإيجابي وضبط الذات.

ويتميز الأفراد ذوو الهزيمة النفسية المتدنية (المجموعة الأعلى فاعلية) بالرضا عن الحياة والذي يتمثل في المجالات التالية وذلك في ضوء المقياس المستخدم في الدراسة الحالية كالتالي:

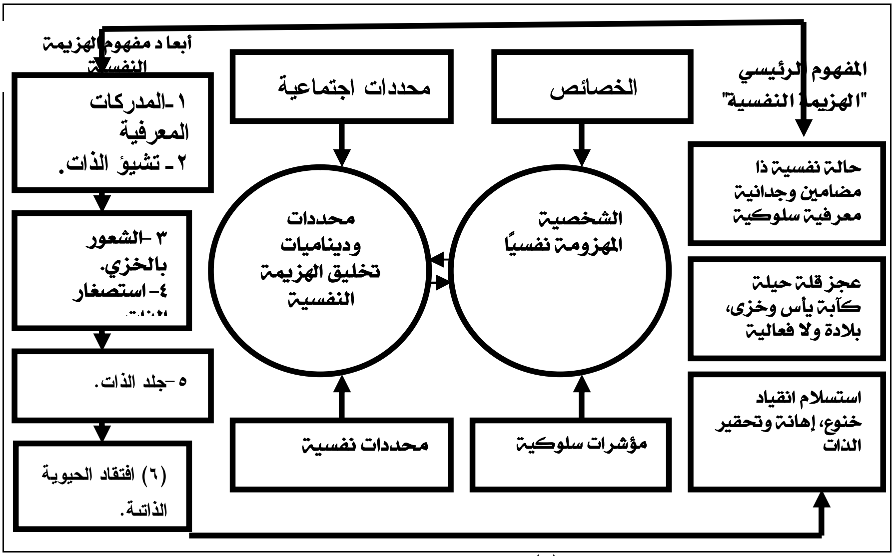
- مجال السعادة: ويعبر عنه بحالة الابتهاج والسرور العام.

- مجالات العلاقات الاجتماعية: ويعبر عنه باتساع شبكة العلاقات الاجتماعية المتبادلة مع الآخرين فضلا عن تحقيق الأهداف الشخصية وإشباع الاحتياجات الذاتية مع هذه العلاقات.
- مجال الطمأنينة: ويعبر عنه بتقدير الفرد لحالة الهدوء والسكينة والمساندة التي يتلقاها من الآخرين.
- مجال الاستقرار الاجتماعي: ويعبر عنه بحالة الرضا بطبيعة وخصائص المكانات والأدوار الاجتماعية المنوطة بالفرد فضلا عن التزامه بها واندماجه فيها.
- مجال التقدير الاجتماعي : ويعبر عنه بحالة احترام الذات والآخرين والشعور بالقيمة والجدارة الشخصية والرضا عن الأوضاع الاجتماعية العامة للآخرين.

- **ثالثاً : نتائج الفرض الثالث وتفسيرها:**

صيغ الفرض الثالث للدراسة ارتباطا بأحد تساؤلاتها الرئيسية والمعبر عنه على النحو التالي: ما النموذج المقترح لوصف وتفسير الهزيمة النفسية؟

وللإجابة عن الفرض الثالث اعتمد الباحثان أسلوب تحليل أدبيات المجال من خلال تجميع وتنسيق وتصنيف الكتابات النظرية والدراسات البحثية في المجال وتحليلها بهدف توضيح مضامينها؛ بما قد يسهم في الكشف عن طبيعة مفهوم الهزيمة النفسية من حيث خصائصه وعناصره ومؤشراته ومحددات تخليقه وتداعياته، وفقا لتعريفه في الدراسة الراهنة، فضلا عن الاستناد إلى ما كشفت عنه نتائج الفرضين الأول والثاني من الدراسة الحالية.وأمكن للباحثان وضع نموذج نظري مقترح لوصف وتفسير حالة الشعور بالهزيمة النفسية، ويوضح الشكل التالي الصورة الإجمالية لهذا النموذج.



شكل (٢) النموذج المقترح للهزيمة النفسية.

وتفيد مراجعة أدبيات المجال، فضلاً عن نتائج التحليل العاملي والتحليل التمييزي المشار إليها إلى مقبولية النموذج النظري المقترح، إذ يتضح من نتائج الجداول من جدول (٣) إلى جدول (١٦) أن مقياس الهزيمة النفسية المقترح تتشبع بنوده على ستة عوامل رئيسية تمثل العوامل المفترضة في ذلك النموذج كما يتضح أيضًا أن ذوي المستويات المرتفعة من الشعور بالهزيمة النفسية أقل بصورة دالة في مستوى الذكاء الوجداني وأسلوب حل المشكلات والرضا عن الحياة.

ويتسق ذلك مع نتائج دراسة (Bloom,2008) والتي خلصت إلى أن الشعور بالهزيمة النفسية المكون الرئيسي لحالة الاكتئاب واليأس والتشاؤم، وأن التمسك بالقيم الروحية في المقابل السبيل للوصول إلى النقيض المنطقي للهزيمة النفسية وهي حالة الاعتزاز بالذات وبالآخرين وبالعالم بصورة عامة وبالتالي الإقبال على الحياة والترحيب بها والاندفاع الإيجابي لتجويدها بهمة وحيوية ذاتية.

ويتسق هذا كذلك مع نتائج دراسة (Sierra&Berrios,2000) أن من يحصلون على درجة مرتفعة على مقياس تشيؤ الذات الذي قاما بإعداده في دراستهما يفقدون كل اهتمام بالحياة، ويترسخ في بنائهم النفسي مجموعة من الأفكار والاعتقادات الخاصة بلوم الذات وإهانتها واحتقارها واستكانتها واستسلامها للسياق والظروف، مما يمثل أعلى تجليات الشعور بالهزيمة النفسية.

وتكشف نتائج دراسة (Sierra, et al., 2012) عن وجود علاقة بين النزعة لتشيؤ الذات والقلق المعوق لفاعلية وحيوية الأشخاص في الحياة، وأن القلق والخوف من الفشل والميل إلى تجنب أداء المهام وحل المشكلات والإقدام على المخاطرة من بين أهم ملامح ذوي النزعة لتشيئ الذات ويفضي بهم إلى حالة الاستسلام والانقياد للآخر .

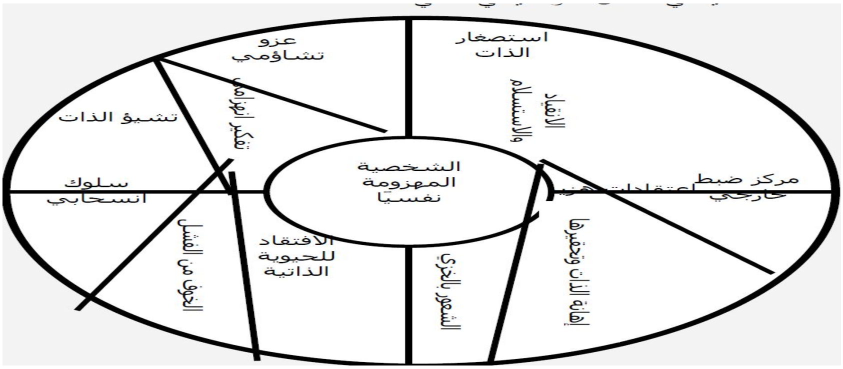
وتكشف نتائج دراسة (Snyder,1994) التي تناولت التفكير الانهزامي وما يؤدي إلى ما يسميه الموت النفسي Psychological Death ويعتبر هذا الموت دالة لتدني قدرة الشخص على التفكير الموجه نحو الهدف Goal . directed Thinking ويرتب حالة من البلادة العقلية والنفسية تجاه أهداف الحياة نتيجة اليأس وفقدان الأمل.

ويلجأ ذوو الشخصية الانهزامية عادة إلى حيلة التبرير القائمة على تشويه الذات وتشويه الواقع، فتراه يردد دائمًا لا شيء يستحق بذل المجهود، وكل شيء في نهاية الأمر إلى زوال، وبناء عليه يخرج من معادلة الفاعلية الشخصية والاجتماعية وينزوي على الذات مفسرًا ضعفه بأنه زهد وورع وانهزامه واستسلامه وانقياده على أنه طاعة وعزلته على أنها تدبر وتفكر، ولمثل هذه النوعية من التبرير ميراث في الوعي الجمعي العربي تؤصله الكثير من الأمثلة الشعبية.

ومن ملامح الشخصية الإنهزامية كذلك الميل لتعميم الخطأ والفشل في قضية أو مهمة ما على سائر القضايا والأمور والمهام المشابهة مما يجعله أكثر ميلا إلى أسلوب التجنب في حل المشكلات التي تواجهه.

كما أن الإحساس بالضياع شعورًا ملازمًا لذوي الشخصية الانهزامية، ويرى الإنسان الضائع كل ألوان الحياة لون واحد ويحول الأيام إلى توائم متشابهة، والضياع مرتبط بشكل وثيق بفقد الطموح من نفس الإنسان والذي يتعلق بشكل كبير بالهزيمة النفسية التي يعاني منها.

والشخصية المهزومة نفسيًا هي تلك الشخصية القابلة للانكسار والتي تفتقد الفاعلية والحيوية الذاتية وتستسلم للظروف وتنقاد إليها وتهين ذاتها وتحتقرها وتتعامل مع ذاتها كشيء مادي لا حياة فيه، فضلا عن روح التشاؤم والتفكير الانهزامي، ويمكن إبراز الملامح العامة للشخصية المهزومة نفسيًا في إطار قائمة المؤشرات السلوكية المشار إليها، باعتبارها النقيض النفسي للشخصية الصامدة نفسيًا في الشكل التوضيحي التالي:



شكل (٣) البنية النفسية لشخصية المهزوم نفسيًا.

فضلاً عن أن لدى ذوي الشعور بالهزيمة النفسية تشوهًا في الإدراك وميل للتفكير الانهزامي وهو عرض رئيسي من الأعراض المعرفية للاكتئاب ويظهر في الإدراك السلبي للبيئة والتفكير الانهزامي ، ولا يمكن عزل مؤشرات الهزيمة النفسية عن الطريقة التي يفكر بها الشخص ويدرك من خلالها الأمور وعما يحمله من أراء ومعتقدات عن نفسه وعن الأحداث الخارجية التي يمر بها فغالبًا ما يصف المهزوم نفسيًا نفسه بالقصور وعدم اللياقة والنقص، ويعزو إخفاقاته وفشله إلى عوامل شخصية متعلقة بالقدرة والجهد.

ويعتمد الانهزامي في تفكيره على ما يعرف بالتفكير بالتمنى، وهو تفكير يعفيه من مشقة العمل وجهد النظر والتأمل فى طبيعة مشكلاته، والتفكير فى حلول واقعية تخرجه من هذا النفق المظلم الذى يقبع فيه، فهي عقلية تنتظر الفرج السهل وتنأى بنفسها عن الصعب، وتترك المهام الجسام التي يتعين عليها الاضطلاع بها لشخص آخر تتخيله وتتمناه وتنتظره.

ويقصد بالتفكير الانهزامي افتراض الشخص باستحالة تغيير الموقف، علمًا بأن هذا الأمر افتراض وليس واقعًا حتميًا، ومع ذلك ينطلق المهزوم نفسيًا في رؤيته وتفسيره للأحداث والوقائع منه، ومن هنا تتخلق البلادة السلوكية العامة وافتقاد الحيوية الذاتية.

ويوضح جدول (١٧) الخصائص العامة للشخصية المهزومة نفسيًا.

جدول (١٧) : الخصائص النفسية والسلوكية لشخصية المهزوم نفسيًا.

احتقار الذات والتقليل من شأنها.	يفقد الأمل في كل شئ، يشعر باليأس ويرجح الخسارة .
الانكسار والشعور بالعجز وقلة الحيلة.	يطالب الآخرين بالعمل أكثر مما في طاقاتهم حتى يعجزهم .
الكآبة والتعاسة الشخصية.	شخصية مشلولة لديها إستعداد للفشل أكثر من إستعدادها للنجاح .
انخفاض في الجهد والطاقة والحيوية الذاتية.	محبط للآخرين، يفكر في سفاسف الأمور، عضو غير فعال في المجتمع .
الانقياد والاستسلام للآخرين وللظرف والسياق.	شخصية إستهلاكية مادياً ومعنوياً وإجتماعياً .
التشاؤم وعدم الاستبشار مع توقع الشر	مسلوب الإرادة، متقاعس، ويسوف الأمور .
البلادة الانفعالية والسلوكية العامة.	يعيش ضائعاً في حياته منزوياً، ليس له هدف في الحياة.
التنازل عن المبادئ.	عدم القدرة على اتخاذ أي قرار حتى في الأمور الشخصية.
التردد في الاستجابة .	الخوف والخجل من الكلام أو التعبير عن الرأي أمام الآخرين.
الضعف في مواجهة المجتمع.	عدم القدرة على التحكم في المشاعر والانفعالات والانجراف وراءها دون تدبر في العواقب.
كثرة الاختلاط بالمنهزمين وسرعة التأثر.	التبعية للأقوى في الفكر أو الرأي.
السلبية في التغيير.	كثرة الشكوى واللجوء للآخرين حتى في أبسط الأمور.
يخشي المواجهة ولا يقبل التحدي .	تقليد الآخرين في حركاتهم ولباسهم وهيئاتهم بل حتى في آراءهم وأخلاقهم.
ضعيف الهمة ، مضطرب نفسياً .	عدم القدرة على مواجهة الآخرين لشعوره بالضعف أمامهم.
لا يحب التنافس خوفاً من الهزيمة .	سهولة التنازل عن رأيه ومواقفه خوفاً من الآخرين.
يوقع نفسه في الخطأ والذلل .	فقدان الأمن النفسى والخوف من المستقبل

ويمكن القول في إطار ما تقدم أن الهزيمة النفسية ترتبط مباشرة بالمعاني التي يكونها المرء عن نفسه وعن الحياة وعن الغرض منها؛ وبالتالي فإن أي اختلال في هذه المعاني يفضي إلى تخليق ظروف مواتية لتعزيزها وتوسيع نطاقها حتى تصل في أقصى درجاتها إلى شل فعاليات الشخص في الحياة.

والهزيمة النفسية دالة لحالة الانكسار النفسي للإنسان بما يصاحبها من شعور بالدونية والإحباط وفقدان الهمة والبلادة السلوكية والإذعان للآخر

وللظروف والسياق؛ وبالتالي فإن التخلص منها يقتضي من المتخصصين في العلوم الاجتماعية والنفسية والطب نفسية توصيف محددات تخليقها وسياق ذلك التخليق وديناميااته أكثر من التركيز على مؤشراتها الوجدانية والسلوكية.

- **دراسات وبحوث مقترحة** :

- العلاقة بين حالة الهزيمة النفسية وسمات الشخصية كما تُقاس بمقياس العوامل الرئيسية الخمسة الكبرى للشخصية.
- التنبؤ بالهزيمة النفسية في ضوء اعتقادات هزيمة الذات ومعنى الحياة والحيوية الذاتية لدى طلاب التعليم الجامعي.
- النمذجة البنائية للهزيمة النفسية والوحدة النفسية والعجز المتعلم والانسحاب الاجتماعي لدى فئات كلينيكية مختلفة.
- اختبار نموذج سببي بين مظاهر الهزيمة النفسية وخصائص البيئة المدرسية والاتجاه نحو المدرسة ومفهوم الذات.
- العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية ومظاهر الهزيمة النفسية كما يدركها الأبناء.
- الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بمظاهر الهزيمة النفسية لدى طلاب التعليم الجامعي.
- دراسة تحليلية للاعتقادات والاتجاهات الاجتماعية المخلقة لمظاهر الهزيمة النفسية لدى الشباب.
- فعالية برنامج إرشادي لتنمية استراتيجيات مواجهة الضغوط في تخفيض مظاهر الهزيمة النفسية.
- فعالية برنامج معرفي سلوكي لخفض مظاهر الهزيمة النفسية في تنمية التنعم الذاتي.
- فعالية برنامج إرشادي قائم على فنيات علم النفس الإيجابي في تخفيض مشاعر الهزيمة النفسية.
- فعالية برنامج إرشادي لتعديل الأفكار اللاعقلانية في تخفيض مظاهر الهزيمة النفسية لدى طلاب التعليم الجامعي المتأخرين دراسيًا.

- **مراجع الدراسة** :
- **أولا المراجع العربية** :

- ابن منظور (٢٠١١): لسان العرب، الطبعة السادسة عشر، القاهرة، دار المعارف.
- أفنان دروزة (٢٠١٣): التوكل والتواكل http://www.afnanculturalsalon.org/Articles/70.htm
- جورج طرابيشي (٢٠١٠): المرض بالغرب، عمان، بترا للطباعة والنشر والتوزيع.
- رجاء محمود أبو علام (٢٠٠٦): التحليل الإحصائي للبيانات باستخدام برنامج SPSS، الطبعة الثانية، القاهرة، دار النشر للجامعات.
- روبنس بام وسكوت جين (2000) : الذكاء الوجداني .ترجمة: صفاء الأعسر، القاهرة، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع .

- سعيد عبد العظيم (٢٠٠٥): الهزيمة النفسية http://articles.islamweb.net/media/index.php?page=article&lang=A&id=80079
- صفاء الأعسر (٢٠١٠): الصمود من منظور علم النفس الإيجابي، النشرة الدورية للجمعية المصرية للدراسات النفسية، العدد (٧٧).
- عادل عبد الله محمد (٢٠٠٥): سيكولوجية الموهبة، سلسلة ذوي الاحتياجات الخاصة، القاهرة، دار الرشاد للطباعة والنشر والتوزيع.
- عبد الحكيم شباط (٢٠١٢): الهزيمة الثَّقافية والتَّحولات الاجتماعية؛ كيف ؟ ولماذا ؟، منشورات قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة الجزائر.، متاح على الرابط الإلكتروني التالي: https://sites.google.com/site/socioalger1/lm-alajtma/mwady-amte/alhzymte-althaqafyte-waltahwlat-alajtmayte
- عبد الله الصبيح (٢٠٠٨): الهزيمة النفسية، متاح على موقع نوافذ، على شبكة المعلومات العالمية، الرابط الإلكتروني التالي: http://islamtoday.net/nawafeth/artshow-43-11485.htm
- عبد المنعم أحمد الدردير (٢٠٠٢): الذكاء الوجداني لدى طلاب الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات المعرفية والمزاجية، مجلة دراسات تربوية واجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان، المجلد الثامن، العدد الرابع، ص ص: ٢٢٩- ٣٢٢.
- عطيات أبو العينين (٢٠٠٧): شبابنا بين غربة واغتراب: دراسة للمشكلات الاجتماعية المعاصرة، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- فاروق السيد عثمان، ومحمد عبد السميع رزق (٢٠٠١): الذكاء الانفعالي: مفهومه وقياسه، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد (٥٨) السنة الخامسة عشر، ص ص: ٣٢- ٥٠.
- فتحي عبدالحميد عبد القادر، والسيد محمد أبو هاشم (٢٠٠٧): البناء العاملي للذكاء في ضوء تصنيف جاردنر وعلاقته بكل من فعالية الذات وحل المشكلات والتحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، العدد (٥٥)، ص ص: ١٧١- ٢٤٢.
- الفرحاتي محمود (٢٠٠٥): سيكولوجية العجز المتعلم: مفاهيم نظريات وتطبيقات، القاهرة، المكتب الجامعي الحديث.
- فريد الجاعوني وعدنان غانم (٢٠٠٧): التحليل الإحصائي متعدد المتغيرات(التحليل التمييزي) في توصيف وتوزيع الأسر داخل الهيكل الاقتصادي الاجتماعي في المجتمع. مجلة جامعة دمشق للعلوم الاقتصادية والقانونية، المجلد (٢٣)، العدد (٢)، ص ص: ٣١٣- ٣٣٢.
- فهمي النجار (٢٠٠٥): الحرب النفسية: أضواء إسلامية، سلسلة الرسائل الجامعية (٤٠)، الرياض ، دار الفضيلة.
- فؤاد عبد اللطيف أبو حطب ، وآمال أحمد صادق (١٩٩٦): مناهج البحث وطرق التحليل الإحصائي في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية ، الطبعة الثانية، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- فيصل بن سعود الحليبي (٢٠٠٣): الهزيمة النفسية، متاح على موقع صيد الفوائد على شبكة المعلومات العالمية، الرابط الإلكتروني التالي: http://www.saaid.net/Doat/faisal/k/3.htm

- قاسم حسين صالح (٢٠١٣): سيكولوجيا الدين: يونج وفيكتور فرانكل، مؤسسة الحوار المتمدن، الرابط الإلكتروني التالي: http://www.ahewar.org/debat/show.art.asp?aid=174880
- ماجد موريس إبراهيم (١٩٩٩): سيكولوجيا القهر والإبداع، القاهرة ، دار الفارابي للنشر والتوزيع.
- مالك صالح علي و نازك إحسان (٢٠١١): استخدام الدالة المميزة للتنبؤ بنتيجة الطالب، المجلة العراقية لبحوث التسوق، المجلد (٣)، العدد (٥)، ص ص: ١٣٢- ١٤٦.
- مجدي الهلالي (٢٠٠٩): ظاهرة الضعف النفسي وسبل علاجها، بيروت ، دار الأندلس الجديدة.
- مجدي محمد الدسوقي (١٩٩٦): مقياس الرضا عن الحياة، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- مجمع اللغة العربية (٢٠٠٤): المعجم الوسيط، الطبعة الرابعة، القاهرة، مكتبة الشروق الدولية.
- محمد إبراهيم عيد (٢٠٠٢): الهوية والقلق والإبداع، القاهرة، دار القاهرة للنشر والتوزيع.
- محمد بن موسى محمد الشمراني (٢٠٠٨): دراسة مقارنة بين التحليل التمييزي والتحليل المتعدد في تحليل البيانات متعددة المتغيرات، رسالة مقدمة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في تخصص الإحصاء والبحوث، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى.
- محمد حسن علوان (٢٠١١): الهزيمة المعنوية، متاح على موقع الوطن أون لاين، على شبكة المعلومات العالمية، الرابط الإلكتروني التالي: http://www.alwatan.com.sa/Articles/Detail.aspx?ArticleId=6304
- محمد هشام المغربي (٢٠٠٤): اخبئ وجهك في واغفوا ، بيروت، المؤسسة العربية للنشر والتوزيع.
- مروان محمد (٢٠١٣): جلد الذات، http://www.alwatan.com.kw/ArticleDetails.aspx?Id=47213
- (٢٩) مصطفي حجازي (٢٠٠٥): التخلف الاجتماعي : مدخل إلى سيكولوجية الإنسان المقهور، ط٩، الدار البيضاء، المغرب، المركز الثقافي العربي.
- ناصر الدين أبو حماد (٢٠٠٧): اختبارات الذكاء ومقاييس الشخصية، إربد، الأردن ، عالم الكتب الحديث.
- ناصر الشيخ وصفوت فرج (٢٠٠٤): الفروق بين المتعرضات للعنف وغير المتعرضات له في عدد من المتغيرات الشخصية والإكلينيكية، دراسات نفسية، المجلد (١٤)، العدد (٣)، ص ص٣٧١ – ٤٢٢.
- نبيل رمزي اسكندر (١٩٨٨): الاغتراب وأزمة الإنسان المعاصر ، الإسكندرية ، دار المعرفة الجامعية.
- نعمات شعبان علوان (2008) : الرضا عن الحياة وعلاقته بالوحدة النفسية ،مجلة الجامعة الإسلامية ، سلسلة الدراسات الإنسانية، المجلد السادس عشر، العدد الثاني، ص ص : ٤٧٥- ٥٣٢.

- نعمات شعبان فؤاد وزهير النواجحة (٢٠١٣): الذكاء الوجداني وعلاقته بالإيجابية لدى طلبة جامعة الأقصى بمحافظات غزة، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد الحادي والعشرون، العدد الأول، ص ص: ١- ٥١.

• **ثانياً : المراجع الأجنبية** .

- Aldin, J.; Tabei, K. ;Ashtiani, A. & Ezhehei, J.(2003): study of the relationship between problem solving style and psychological well-being among universty students , Journal of Psychology, 7,1 ,3-16.

- American Psychiatric Association (2004): The Diagnostic and Statistical Manual DSM-IV, Washngton DC.

- Benoit M, Andrieu S, Lechowski L et al. (2008). Apathy and depression in Alzheimer's disease are associated with functional defict and psychotropic prescription. International Journal of Geriatric Psychiatry, 23, 409-414.

- Besharov,A.(1993).a moral choice national review, http:// www.welfareacademy.org/pubs/teensex/ moralchoice_93_0809.pdf

- Baumeister, R.& Scher, S. (1988): Self-Defeating Behavior Patterns among Normal Individuals: Review and Analysis of Common Self-Destructive Tendencies, Psychological Bulletin, 104, 1,3-22.

- Bloom, S. (2008):Broken Minds: Hope for Healing When You Feel Like You're Losing It, New York ,Kregel Publishers.

- Caffo, E. ; Forresi, B.& Lievers, L. (2005): Impact, psychological sequelae and management of trauma affecting children and adolescents. Current Opinion in Psychiatry. 18, 4, 422-428.

- Callahan, C.; Cunningham, C. & Plucker, J. (1994): Foundations for the future: The socio-emotional development of gifted, adolescent women. Roeper Review, 17, 99-105.

- Cassidy , T.& Long, C. (1996): Problem- Solving style , stress and psychological illness : Development of a multifactorial measure . British Journal of Clinical Psychology , 35 , 2 , 265-277.

- Cassidy,T. & Dhillon, R (1997): Type A behaviour, problem-solving style and health in male and female managers.British Journal of Health Psychology, 2 , 3, 217-227.

- Cavell, T. (1990): Social adjustment, social performance, and social skills: A tri-component model of social competence, Journal of Clinical Child Psychology 19, 111–22.

- Chang, E.& Banks, K (2007):The color and texture of hope: Some preliminary findings and implications for hope theory and counseling among diverse racial/ethnic groups. Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, , 13,2, 94 -103.

- Cushman, P. (1990):Why the self is empty: toward a historically situated psychology, American Psychologist, 45, 5, 599-611.
- Dreer, L. ; Elliott, T. ;Fletcher D. & Swanson, M. (2005): Social Problem-Solving Abilities and Psychological Adjustment of Persons in Low Vision Rehabilitation, Rehabilitation Psychology, 50, , 3, 232–238.
- Ellis, A. (2004) : Rational Emotive Behavior Therapy: It Works for Me--It Can Work for You. Amherst, New York, Prometheus Books.
- Fiore,N. (2006): The New Habit: A Strategic Program for Overcoming Procrastination and Enjoying Guilt- Free Play .New York, Penguin Group.
- Fuchs, T. (2007): Fragmented selves: temporality and identity in borderline personality disorder, Psychopathology;40,6, 379-387.
- Gerritsen, D.; Jongenelis, K. ;Steverink N. ;Ooms, M. & Ribbe, M. (2005): Down and drowsy? Do apathetic nursing home residents experience low quality of life? Aging and Mental Health,9,135–141.
- Giuliani,R.(2007):Toward aRealistic Peace: Defending Civilization and Defeating Terrorists by Making the International System Work, Future Survey, 29 ,11, 2-18.
- Huhman, K. (2006): Social conflict models: Can they inform us about human psychopathology? Hormones and Behavior ,50 ,4, 640–646.
- James, M. (2012): Discipline and loss of Morale, Oxford University Press.
- Kordel , L. (2012): Live to Enjoy the Money You Make, New York, Literary Licensing, LLC.
- Koulouris, S. ;Pastromas, S, ; Sakellariou, D. ;Kratimenos, T. ;Piperopoulos, P. & Manolis, A. (2010): The Broken Heart Syndrome, Hellenic Journal Cardiology, 51, 451-457.
- Krapu, T. ;Meinke, L. ; Kramer, L. ; Friedman, R. & Voda, J. (2006): The Life Satisfaction Survey (LSS): Development of the Instrument, IN; Bennett, J. L., & Campone, F. (Eds.). (2006): Proceedings of the fourth International Coach Federation Coaching Research Symposium. Lexington, KY: International Coach Federation.
- Lewis,D.(1994): self-actualization in gifted children. Psychological Reports, 74, ,1 , , 767-770.
- Marin, R. (1996): Apathy and related disorders of diminished motivation. American Psychiatric Press Review of Psychiatry, 15,205-242.

- Marin RS, Wilkosz PA. (2005): Disorders of diminished motivation. Journal of Head Trauma Rehabilation , 20, 4, 377-388.
- Marin, R. Biedrzycki, R.& Firinciogullari, S. (1991): Reliability and validity of the Apathy Evaluation Scale, Psychiatry Res 38,143-162.
- Masquerade, J. (2012): Histrionic Personality Disorder Forum, http://www.psychforums.com/histrionic-personality/
- Masters, B. (2009): A Study of Self-Actualization of Gifted Children in Public High School Programs, Dissertation submitted to the Faculty of Holos University Graduate Seminary in partial fulfillment of the requirements for the degree of DOCTOR OF THEOLOGY.
- Pytell, T. (2006): Transcending the Angel Beast: Viktor Frankl and Humanistic Psychology. Psychoanalytic Psychology, 23 ,3, 490–503.
- Rabow, J.; Berkman, S. & Kessler, R. (1983): The culture of poverty and learned helplessness: A social psychological perspective. Social Inquiry, 53, 4, 419-434.
- Reis, S. (1995): Talent ignored, talent diverted: The cultural context underlying giftedness in females. Gifted Child Quarterly, 39,3, 162-170.
- Ryan, R. & Frederick, C. (1997): On energy, personality and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. Journal of Personality, 65, 529-565.
- Ryan, R. & Deci, E. (2001): To be happy or to be self-fulfilled: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. In S. Fiske (Ed.), Annual Review of Psychology. (Vol). 52; pp. 141-166.
- Riesman, D. (2000). he Lonely Crowd, Revised edition: A Study of the Changing American Character, Yale University Bublications.
- Reich, J. (1987): Prevalence of DSM-III-R self defeating (masochistic) personality disorder in normal and outpatient populations Journal of Nervous and Mental Diseases, 175, 52-54.
- Schill, T. (1990): A MEASURE OF SELF-DEFEATING PERSONALITY. Psychological Reports, 66, 1 , 1343-1346.
- Schober, B. (1990): Learned Helplessness and the Satisfaction-Paradox: A Test of Concepts and Relationships. A THESIS submitted to Oregon State University in partial fullfillment of the requirements for the degree of Master of Science Completed.
- Schunk, D. (1989): Self-efficacy and cognitive skill learning. In C. Ames & R. Ames (Eds.), Research on motivation in education,

Goals and cognitions, Vol (3), (pp. 13-44). San Diego: Academic Press.

- Sierra,M. ; Medford, N.; Wyatt, G. & Anthony, S. (2012): Depersonalization disorder and anxiety: A special relationship? Psychiatry Research. 197 , 123–127.
- Skaalvik, E. (1997): Self-enhancing and self-defeating ego-orientation : relations with task and avoidance orientation, achievement, self-perceptions, and anxiety. Journal of Educational Psychology. 89, 1, p71-81.
- Sierra, M., & Berrios, G. (2007): Cambridge Depersonalization Scale (CDS), Institute of Psychiatry Depersonalization Research Unit Section of Neuropsychiatry, University of London Press.
- Snyder, C. (1994):Psychology of Hope: You Can Get Here from There, New York, The Free Press.
- Spiegel, D. (2006): Recognizing Traumatic Dissociation. American Journal of Psychiatry, 2,4, 566–568.
- Velmans, M. (2013): Violence, The Fragile Ego and the Peaceful Self , a vailable at: http://www.academia.edu/1480360/Violence_The_Fragile_Ego_and_the_Peaceful_Self
- Vostanis, P. (2004): The impact, psychological sequelae and management of trauma affecting children. Current Opinion in Psychiatry. 17,4, 269-273.
- World English Dictionary (2011):http://dictionary.reference.com/browse/defeatism
- World Health Organization World Health Organization, (WHO) (1993). The ICD-10 Classification of Mental and Behavioural Disorders : Diagnostic Criteriafor Research . Geneva.
- Yelsma,P. (2007): associations among alexithymia postive and negative emotions and self-defeating personality , Psychological Reports, 100, 2, 575-584 .

****